

CIUDAD	D	M	A
Cali	13	08	2015

Boletín No. 58 - 2015-2

SENSIBILIDAD DENTAL: ENFERMEDAD COMÚN Y NO TRATADA

Si tiene sensibilidad diga No a las cremas blanqueadoras y modere el consumo de ciertos alimentos.

Sabía usted que más de la mitad de los pacientes odontológicos manifiestan tener sensibilidad dental? Le ha pasado que cuando consume una bebida o alimento frío, caliente, ácido o azucarado, le duele un diente?. Ese dolor que se da mientras dura el estímulo externo indicando que tiene sensibilidad dental; es un dolor intenso y transitorio por la exposición de la dentina (parte interna del diente) al medio oral y aparece tras el contacto con un estímulo externo (frío, calor, acidez, dulzor o presión táctil).

Son muchos los factores que hacen que los dientes estén sensibles: la retracción de la encía, el desgaste del esmalte y/o del cemento radicular o cuellos descubiertos, hacen que la dentina quede descubierta.

Las causas más frecuentes para que se presente la dentina descubierta son: el cepillado fuerte o con mala técnica (se pasa el cepillo horizontalmente), el uso de una crema dental abrasiva, el bruxismo (apretar o friccionar los dientes), el consumo de alimentos y bebidas ácidos o azucaradas, el licor, el uso de palillos de madera y enjuagues bucales ácidos. Todas las patologías que generan acidez en la boca generando problemas gástricos (úlceras, reflujo etc.) o psicológicos, como la anorexia y la bulimia, así como realizarse profilaxis muy frecuentes (deben ser cada seis meses).

Si después de un diagnóstico se determina que hay sensibilidad dental se debe conocer qué la está ocasionando para definir el manejo más adecuado. Si es por consumo de licor o alimentos ácidos, se deberá cambiar la dieta; si se está cepillando incorrectamente, explicar al paciente la técnica adecuada; si presenta bruxismo, recomendar la utilización de protectores de uso nocturno y si tiene problemas gástricos, hacer tratamiento dental y gastroenterológico.

Para estos casos se recomienda no cepillar los dientes inmediatamente después de consumir alimentos ácidos, idealmente debe enjuagarse la boca varias veces con agua para retirar la acidez y cepillarse posteriormente.

Ante la sensibilidad dental puede recurrirse a ciertas ayudas como: cepillarse suave y con una técnica adecuada, usar cepillo de cerdas suaves, crema dental especial para sensibilidad y seda dental. Utilizar productos dentales (crema, enjuagues) con flúor. Y si tiene bruxismo, usar protector bucal en la noche.

También si consume bebidas y alimentos ácidos, enjuagarse primero la boca varias veces con agua, antes del cepillado. No usar palillos de madera. Y finalmente no usar cremas blanqueadoras ni bicarbonato y si se va a hacer un blanqueamiento, este debe ser realizado y supervisado por un profesional, para sellar los cuellos dentales.