




Clínica Abarno
 ODONTOLOGÍA INTEGRAL
 Brasil 838. Salto.
 4733 4236 / 4733 5495
 info@clinicaabarno.com
 clinicaabarno.com

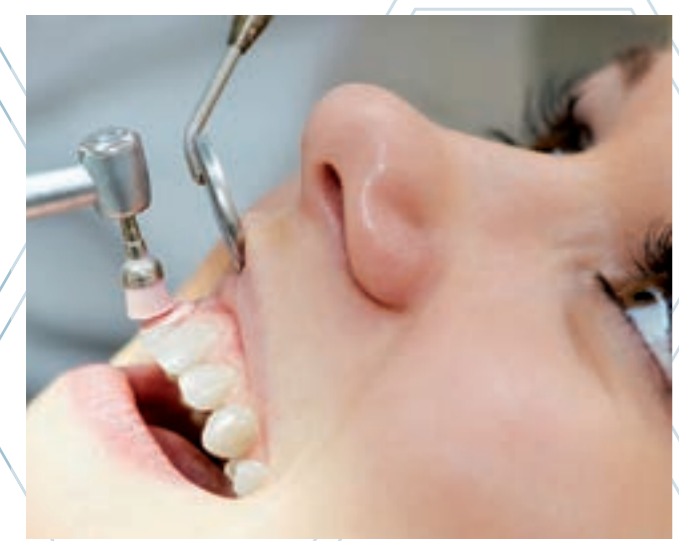


ODONTOLOGÍA INTEGRAL EN SALTO, URUGUAY

CONSEJOS PARA MANTENER LA SALUD BUCAL

Por el día e la Salud Bucal compartimos estos consejos, que lo ayudarán a mantener los dientes y encías saludable toda la vida. Lo que es posible teniendo en cuenta ciertos cuidados

Mantener dientes y encías saludables es posible teniendo en cuenta ciertas normas y cuidados. Actualmente muchas personas no disponen de tiempo para visitar regularmente a su odontólogo y esto trae como consecuencia, en muchos casos inconvenientes que generalmente terminan en tratamientos más complejos y costosos. El odontólogo en los exámenes periódicos puede detectar las lesiones orales incipientes y tratarlas en forma precoz. Tanto la caries como la enfermedad periodontal (piorreal); en sus primeras etapas tienen un curso asintomático y muchas veces cuando el paciente consulta por dolor las lesiones están muy avanzadas y el tratamiento es más complejo.



Si bien es cierto que es importante visitar periódicamente al odontólogo no lo es menos, el mantenimiento de la salud bucal en el domicilio. Se describirán brevemente algunos procedimientos y cuidados para lograr dientes sanos a largo plazo. La caries es una enfermedad producida por bacterias y de etiología multifactorial; esto significa que el desarrollo de esta enfermedad se debe a la interacción de tres factores:

- Bacterias
- Dieta
- Huésped susceptible

También debe estar presente un cuarto factor que es el tiempo, que permita interactuar estos tres elementos para desarrollar la enfermedad. Es necesario establecer medidas para combatir estos elementos por separado.

► Para remover las bacterias se debe hacer hincapié en lo más básico e importante: un correcto cepillado de dientes, encía y lengua, que no es lo mismo que utilizar el cepillo todos los días. Es muy común ver pacientes con mucha placa bacteriana, caries o enfermedad periodontal que relatan que se cepillan sus dientes varias veces al día o después de cada comida y se sorprenden cuando en el consultorio se les muestra la cantidad de placa microbiana que presentan. Se debe aprender la técnica que no es difícil pero tiene sus detalles y utilizar también productos que tiñen los microbios. Se debe tener presente que hay dos superficies a las que el cepillo dental no tiene acceso; las comúnmente llamadas interdentales. Por lo tanto estas superficies deben limpiarse con hilo dental; de no hacerlo hay riesgo que se acumule placa

en esta zona y con esto la posibilidad que se generen caries, u otros efectos indeseables como mal aliento. También se debe cepillar la lengua que tiene mucha facilidad para retener placa bacteriana y que es otra causa del mismo.

Es importante realizar por lo menos 1 vez al año una limpieza, por personal cualificado en el consultorio dental. Por muy buena higiene que se tenga hay sitios a los que no podemos acceder y que necesitan un mantenimiento. Por ejemplo, para eliminar el sarro que se forma en los incisivos inferiores. También cuando las encías sangran al cepillarse o espontáneamente es porque están inflamadas. Se trata de un aviso de que la boca necesita una limpieza más exhaustiva.

► En cuanto a la dieta, el consumo de dulces es uno de los factores más importantes a controlar, ya que algunas bacterias tienen la capacidad de generar ácidos que disuelven los tejidos duros dentales; sobre todo si los alimentos azucarados se toman fuera de las comidas principales o antes de ir a dormir. Además, si esos dulces son pegajosos son más perjudiciales, porque permanecen más tiempo en contacto con los dientes y facilitan la adhesión de la placa bacteriana al esmalte. Por eso es importante controlar el consumo de golosinas azucaradas fuera de las comidas y cepillarse correctamente los dientes luego de ingerirlos.



► El tercer factor es la presencia de un huésped susceptible, o sea cada persona es diferente en cuanto a la calidad de su esmalte dental, cantidad y calidad de la saliva, y su respuesta inmunológica frente a las bacterias que tienen la capacidad de desarrollar la enfermedad.

Lo más importante de este aspecto es el uso de flúor tópico y sistémico que hacen al esmalte más resistente al ataque ácido de las bacterias. Las pastas dentales fluoradas actúan de manera tópica y consumir sal fluorada es importante. En épocas pasadas se consideraba importante el flúor sistémico solo en la etapa de formación de los tejidos dentales (niñez y adolescencia); actualmente se lo considera importante en toda la vida del individuo ya que se comprobó que una parte del flúor ingerido se libera por la saliva y de esta forma también actúa de forma tópica. Aquellas personas que por razones médicas tengan restringido el uso de sal, al flúor sistémico lo podemos obtener a partir de ciertos alimentos como por ejemplo el pescado, arroz, trigo, espinaca.



TEC. 3D

CONSULTE "TRATAMIENTOS EN UN DÍA"

AHORRE TIEMPO Y MEJORE SUS RESULTADOS

info@clinicaabarno.com
clinicaabarno.com

LA ODONTOLOGÍA DIGITAL LLEGA A SALTO

Tecnología CAD/ CAM en **Clínica Abarno**

A partir de ahora la clínica cuenta con el innovador sistema CAD/CAM que revolucionó a la odontología.

Poderosa tecnología de diseño y fabricación asistido por computadora, logra **resultados más estéticos, de mayor precisión y exactitud** en tiempo record.

INCRUSTACIONES / JACKETS
PRÓTESIS / PRÓTESIS SOBRE
IMPLANTES / CARILLAS

Trabajos de laboratorio de varios días se realizan en minutos!



Clínica Abarno
ODONTOLOGÍA INTEGRAL

Brasil 838. Salto.
4733 4236 / 4733 5495