

[La especialista]

Elige una sonrisa sana

Efectivo, rápido y cómodo, el blanqueamiento representa un importante logro dentro de los tratamientos de estética dental.



Vanessa Quiñones Castro

ODONTÓLOGA. JUNTA DEL COLEGIO DE ODONTÓLOGOS Y ESTOMATÓLOGOS DE LUGO

En los últimos años, los remedios caseiros (como el uso de bicarbonato) o las pastas blanqueadoras han ido ganando adeptos, que desconocen o quieren desconocer la letra pequeña de estas 'sencillas técnicas': estas sustancias tienen un alto componente abrasivo que acaba debilitando el esmalte y que puede provocar sensibilidad extrema a los cambios de temperatura.

El tratamiento del blanqueamiento dental ha de ser siempre individualizado: un paciente, un tratamiento. Para ello, el diagnóstico y la planificación son fundamentales antes de iniciar el procedimiento. Realizarse un blanqueamiento no está exento de riesgos y, por tanto, no está indicado en todos los casos; es aquí donde la figura del odontólogo se vuelve imprescindible.

Las técnicas actuales de blanqueamiento se basan en la utilización de dos productos: peróxido de hidrógeno y peróxido de carbamida. Estos productos penetran hasta la dentina (tejido que da color al diente) a través del esmalte, oxidándose y produciendo así el blanqueamiento desde dentro hacia afuera.

La Agencia Española del Medicamento limita el uso de peróxido de hidrógeno con concentraciones superiores al 6% (concentraciones inferiores solo serían eficaces en tinciones muy leves) de la siguiente

forma: La distribución de estos productos será exclusiva a dentistas. El uso de estas concentraciones es también exclusivo para odontólogos y estomatólogos, por los riesgos que conlleva una mala elección.

DIAGNÓSTICO. El blanqueamiento no es siempre la primera opción, por ello un buen diagnóstico es fundamental. En la historia clínica del paciente debe estar recogido: el color, la tinción, el estado gingival, el estado de los empastes (sellado marginal, filtraciones...), tratamientos de conductos de las piezas y sensibilidad dentaria.

De no tener en cuenta todos estos datos, el tratamiento blanqueante puede ocasionar hipersensibilidad, dolor intenso en caso de caries u obturaciones filtradas o reabsorciones de la raíz.

¿Quiénes no deberían someterse a un blanqueamiento? Pacientes con enfermedad gingival, caries o tinciones profundas (gris oscuro, marrón oscuro...), personas que estén siguiendo tratamientos de radioterapia, embarazadas o mujeres en periodo de lactancia o menores de 15 años, entre otros.

ASÍ SE HACE. El blanqueamiento no es el único tratamiento para conseguir una 'sonrisa de cine'. Existen también sistemas estéticos más elaborados, como las carillas.

La técnica más efectiva es el blanqueamiento con peróxido de hidrógeno a alta concentración, activado, o no, con luz LED. Los buenos resultados se consiguen con una o dos sesiones.

Los pasos a seguir son:

-Realizar una profilaxis (limpieza dental) para eliminar la placa y el sarro, que dificultan la penetración del agente blanqueante

Para tener en cuenta...

Precauciones importantes

- ▶ Cuando uno decide someterse a un blanqueamiento dental, se recomienda seguir una dieta pobre en alimentos con colorantes potenciales, además de no tomar café, no fumar y beber té blanco o verde en vez de negro.
- ▶ Es esencial tener una higiene bucodental adecuada y visitar al dentista para hacer una limpieza cada seis meses o al menos una vez al año.

El tono natural es el que pone los límites

- ▶ Con el tiempo, los dientes vuelven progresivamente a su tono inicial, por lo que se puede repetir la técnica cada dos años, aproximadamente.
- ▶ El blanco absoluto no existe. El BD consigue disminuir varios tonos el color, pero el límite lo pone el diente, no el dentista. En ocasiones, los pacientes solicitan sesiones repetidas buscando un blanco de 'estrella de cine' que no es posible solo con esta técnica.

Blancorexia

- ▶ Los profesionales tienen que tener en cuenta el fenómeno de la blancorexia (se llama así a la obsesión por tener los dientes blancos), con el que algunos pacientes llegan a las consultas. Deben explicarles bien todo el proceso para evitar que la publicidad engañosa induzca al paciente a un ideal imposible de alcanzar.



-Hacer un registro fotográfico y del color.

-Aislar los tejidos blandos y proteger la mucosa labial y gingival.

-Aplicar el agente blanqueante, normalmente activado con LED.

-Para finalizar, aplicar flúor

La segunda opción es el blanqueamiento ambulatorio. El agente blanqueante tiene una concentración muy inferior a la anterior, por tanto, menos efectivo. El den-

tista confecciona unas férulas a medida donde coloca el agente blanqueante y da instrucciones al paciente de cómo utilizarlas y durante cuánto tiempo.

INFORMACIÓN REMITIDA POR EL Colegio Oficial de Odontólogos y Estomatólogos de Lugo

