



“EL CORRECTO CUIDADO DE LOS DIENTES”

Los médicos Julio López Carredano y Ángel González, Odontólogos del Instituto Guatemalteco de Seguridad Social, compartieron conocimientos de su especialidad, a través de Telecentro 13 y Radio TGW 107.3 FM. Según los entrevistados, las causas por las que más se acude al Odontólogo, son las siguientes:



- Gingivitis, la cual consiste en inflamación y sangrado de encías, se inicia por la placa dental transparente, constituida por depósitos bacterianos que se forman en la superficie de las piezas dentarias. Su causa principal puede ser una mala técnica en el cepillado o no cepillarse.

- Caries, que es una enfermedad infecciosa y progresiva que si no se atiende oportunamente afecta la salud en general y la calidad de vida de los individuos de todas las edades y que afecta al 90% de la población en edad escolar.



La caries dental tiene un origen multifactorial, lo cual provoca un perfil de casos altamente variables, en donde participan determinantes como el consumo excesivo de azúcares, ausencia de fluoruros, de hábitos de higiene oral y aspectos socioeconómicos que determinan deficiencia en el acceso a los servicios odontológicos.

Es importante acatar los consejos del Dentista, si no se hace puede provocar la pérdida de piezas dentales, muchas incomodidades y dolor. Según el Dr. González: “No se debe esperar a tener dolor para ir con el especialista, pues la prevención es la mejor medida”. El Dr. López Carredano, agrega: “Se deben seguir al pie de la letra las recomendaciones para obtener buenos resultados”.

CONSEJOS PRIMORDIALES:

- Cepillarse los dientes después de cada comida.
- Utilizar enjuague bucal.
- Cepillarse, utilizar hilo dental y volverse a cepillar.
- Visitar al odontólogo 2 ó 3 veces al año.
- Utilizar el cepillo adecuado, según tamaño de la boca y los dientes y cambiarlo cada 3 meses.

DATOS IMPORTANTES:

- Un 50% de los pacientes tarda 46 segundos en el cepillado, cuando el procedimiento debe durar más de tres minutos como mínimo.
- Sólo de un 10 a 20% usan hilo dental de forma regular y efectiva, en tanto que sólo un 38% de los niños escolares en áreas urbanas se cepilla, contra un 8% de niños en áreas rurales.
- Es importante el correcto cepillado, uso del hilo y enjuague. Los cepillos eléctricos son más efectivos y reducen la gingivitis en mayor porcentaje que el manual.