

Tu bienestar tu sonrisa

Dra. Paulina Vaca Damy

La boca juega un papel importante en la salud general y la calidad de vida de las personas. La masticación, la deglución y la fonación son funciones de la cavidad bucal; ésta permite comer, hablar, sonreír, besar, tocar y degustar, de tal manera que las alteraciones en ella pueden limitar el desempeño escolar, laboral y social, de ahí que el impacto psicosocial de los problemas bucales puedan afectar la calidad de vida de las personas. Al igual que con otros aspectos de la salud, la prevención es la mejor manera para evitar una mala salud bucal. Lo más importante que debemos recordar, respecto a cómo mantener la salud bucal, es que la boca no puede ser saludable a menos que esté limpia. Esto significa que debemos hacer un verdadero esfuerzo para eliminar la placa bacteriana, así como acudir a atención dental periódicamente.

Tu sonrisa tiene un rol en cómo te percibes, y forma parte de la impresión que das a las personas de tu alrededor. Las encuestas han demostrado que más que cualquier otra característica física (ojos, pelo, cuerpo) la sonrisa es lo que tanto hombres como mujeres encuentran más atractivo en otras personas, siendo parte importante de nuestra apariencia y aún mucho más de nuestra autoestima. Una sonrisa agradable puede abrir puertas y derribar las barreras que se interponen entre tú y una vida más completa. Si por otro lado estás insatisfecho con tu sonrisa, puedes estar perdiendo oportunidades en tu vida personal, laboral y social.

¿Estás listo para una nueva sonrisa? Tal vez te has preguntado si los dientes en correcta posición pueden ayudarte a sentir más seguro en tu vida personal y profesional, o si una sonrisa más agradable puede impulsar tu vida social.

Hasta hace poco, el concepto de “estética dental” de los dentistas y del público se limitaba necesariamente a las alteraciones de los propios dientes. Los dentistas se ocupaban de cambiar la posición, la forma y el color de los dientes, básicamente restaurar los dientes perdidos o mejorar los presentes. En su mayor parte, el dentista se ha visto obligado a aceptar la relación preexistente entre los tres componentes de la sonrisa que son los dientes, la encía y los labios. Hoy, gran parte de esto ha cambiado con el advenimiento de los procedimientos de tejido periodontal de tejidos blandos diseñados para mejorar la armonía dentofacial siguiendo los mismos principios básicos que definieron los prostodoncias.

¿Qué hace una sonrisa hermosa?

Como mencionamos anteriormente, una sonrisa esencialmente implica la relación entre los tres componentes principales: dientes, el área gingival (encía) y los labios. Es importante que conozcas estos componentes para que puedas discutir tus problemas particulares con tu dentista y desarrollar un plan de tratamiento que cumpla con tus metas a largo plazo.

Los dientes

Aquí nos preocupamos principalmente por el color, la posición y la forma de la silueta de los dientes. Los avances y mejoras en la odontología adhesiva han permitido literalmente un cambio instantáneo en el color, la forma y la posición de los dientes a través de técnicas restaurativas poco invasivas como carillas de porcelana o resina compuesta.

El andamio gingival

El objetivo principal de la terapia periodontal es restaurar y mantener la salud y la integridad del aparato de sujeción. Desde una perspectiva estética, a menudo esto no es suficiente. El dominio de la periodoncia ha cambiado de ser estrictamente un servicio de salud a uno donde la mejora de la sonrisa ha llevado a la vanguardia de la planificación del tratamiento. Una estructura gingival irregular, a pesar de ser sana, puede no ser suficiente, y puede ser deseable establecer cierta armonía y continuidad de la forma. Para desarrollar esta simetría es posible utilizar procedimientos quirúrgicos, como la gingivectomía (en caso de exceso de tejido blando) o injerto de tejido blando (en caso de falta de tejido blando), para cambiar la silueta de los dientes; así como también se pueden lograr correcciones mediante procedimientos ortodónticos (cualquier movimiento de dientes en este caso, desde una perspectiva estética).

Los labios

Los labios forman el marco de una sonrisa y, como tal, definen la zona estética. La posición relativa de los dientes en el arco de la boca, determina en parte la posición de los labios. Esto es importante de tener en cuenta cuando se está considerando la odontología estética porque cualquier cambio en el tipo, tamaño, posición o superposición vertical u horizontal de sus dientes puede cambiar la apariencia de sus labios y, por lo tanto, su apariencia facial.

Sé exigente

Por razones de conveniencia, la mayor parte de las personas decide visitar al dentista de su colonia para su tratamiento dental de rutina. Sin embargo, cuando busque un dentista para un tratamiento estético no deje que la ubicación sea un factor decisivo. Haga algunas investigaciones para encontrar el mejor: hará que se alegre de haberlo hecho.

Qué esperar

¿Eres exigente? Si es así, es de interés aclarar este punto con cada odontólogo con quien se entrevistaste. La clave es equilibrar tus necesidades con las habilidades del odontólogo que seleccionas.

¿Cómo se selecciona un buen dentista para tratamientos estéticos? Lo que debería saber y cómo evaluar a los dentistas: contactar especialistas dentales locales; pedir recomendaciones a sus amigos y compañeros de trabajo, una vez que tenga varias referencias evaluar el sitio web; buscar antecedentes educativos y cualquier puesto profesional docente; solicitar una consulta; pedir que te muestren fotografías de pacientes que el dentista ha tratado con condiciones similares, etc.

¡Haz tu tarea! No confíes en anuncios, revistas, redes sociales etc.

Sea consciente de deberá pagar un costo por el tiempo del dentista, así como por cualquier radiografía, fotografías, exámenes intraorales, modelos o cualquier otro método de diagnóstico. No se decida por las mejores ofertas. De lo contrario, puede terminar gastando el doble de dinero y tiempo arreglando errores. El tiempo y el gasto son dos factores que debe considerar al buscar el tratamiento dental estético. Aunque puede ser tentador optar por gangas, recuerda el viejo dicho: “Tienes lo que pagas”. La mejor odontología estética requiere un enfoque artístico, altamente personalizado y, por lo tanto, no es ofrecido a precio de descuento ni cubierto por el seguro. Recuerde: no todos los dentistas están calificados para hacer un tratamiento estético.

Confíe en su intuición

La confianza es un factor importante en la elección de un dentista. Sus restauraciones estéticas pueden parecer hermosas inicialmente y tal vez satisfaga sus expectativas estéticas, pero ¿su belleza resistirá la prueba del tiempo? ¿fueron diseñados para ajustarse con precisión y por lo tanto no irritar el tejido blando? Porque es casi imposible para usted, como paciente, hacer estas determinaciones, es esencial encontrar un dentista que tenga el entrenamiento, la experiencia y la voluntad de dedicar el tiempo necesario para obtener resultados excepcionales y duraderos... en definitiva, el dentista debe ganar su confianza.

El secreto para obtener exactamente la sonrisa que desea se encuentra en la comunicación abierta con su odontólogo. Determinar lo que necesita y desea, y transmitir este mensaje claramente desde el principio. Haga preguntas acerca de las opciones de tratamiento disponibles y asegúrese de entenderlas todas antes de tomar cualquier decisión. Esto le ayudará a estar seguro que sus objetivos son alcanzables.