

DUDAS Y CONSEJOS GENERALES

 Clínica Dental
Dr. Vicente Torres

1

¿Por qué tengo sensibilidad?

La hipersensibilidad se da más en mujeres que en hombres, de entre 18 a 45 años. Suele producirse por los cambios hormonales por los que atraviesan las mujeres mensualmente. También se puede deber a que existe una gingivitis y al retroceder un poco la encía parte de la raíz esté expuesta.

2

¿Tiene solución la sensibilidad?

Con una visita al dentista valoraremos si con una higiene bucal (profilaxis) y algún producto desensibilizante se puede controlar. En caso de sensibilidad, se recomienda no tomar bebidas ácidas, azucaradas, gaseosas, ni chocolate. Tampoco es recomendable tomar alimentos o bebidas ni muy frías ni muy calientes.

3

¿Cada cuánto se cambia el cepillo de dientes?

La frecuencia con la que se cambia dependerá del uso que se le dé y de la dureza del cepillo. Por norma general, hay que cambiarlo máximo cada 3 meses. Si antes de este tiempo vemos que las cerdas se abren o se arrugan habrá que sustituirlo antes y coger cita con tu dentista para que valore si se está limpiando de manera correcta en cuanto a fuerza de cepillado y forma de cepillarse. En la clínica se te dará consejos para una correcta higiene bucal en casa.

4

¿Cepillos interproximales o seda dental?

Depende de cada paciente, con lo que se sienta más a gusto. Lo que sí es necesario es que se haga antes del cepillado para eliminar toda la placa y restos de comida que tengamos entre diente y diente.

5

¿Cuánta pasta se debe poner?

La cantidad de pasta de dientes que hay que poner depende de la edad de la persona que se vaya a lavar los dientes:

Los bebés de menos de 6 meses, sin pasta.

Entre 6 meses y 2 años, el tamaño de un guisante o lenteja.

Los mayores de 2 años hasta los 6, cubrir 1/3 del cepillo.

Más de 6 años, el tamaño de un garbanzo.