



10 problemas dentales y qué hacer con ellos

MAL ALIENTO. Para un aliento fresco, cepíllate los dientes dos veces al día, usa hilo dental a diario, bebe mucha agua, visita a tu dentista regularmente y no fumes. Si el mal aliento persiste, consulta a tu dentista o médico.

CARIES. Si las caries no se tratan, pueden empeorar y provocar infecciones y pérdida de dientes. Repara las caries rápidamente para evitar procedimientos dentales más extensos y problemas de salud graves.

ENFERMEDAD DE LAS ENCÍAS. Sin tratamiento, la enfermedad de las encías puede empeorar y provocar la pérdida de dientes. Los síntomas incluyen sangrado, inflamación, sensibilidad y enrojecimiento de las encías, pero a menudo no presenta síntomas en las primeras etapas.

DIENTES MANCHADOS. Algunos medicamentos, alimentos y bebidas pueden hacer que los

dientes se pongan amarillos o decolorarlos. Muchos dentistas ofrecen tratamientos de blanqueamiento que pueden ayudar.

ÚLCERAS BUCALES. Un enjuague bucal con agua salada puede ayudar con las aftas bucales o la irritación causada por los aparatos dentales. Pero si las llagas duran una semana o más, tu dentista debería revisarlas.

SENSIBILIDAD DENTAL. Las pastas dentales especiales o los procedimientos dentales, como las coronas, pueden ayudar a aliviar la sensibilidad al calor o al frío.

EROSIÓN DEL ESMALTE. Los alimentos y bebidas ácidos pueden desgastar el esmalte protector del diente con el tiempo. Esto puede provocar sensibilidad y decoloración dental. Beber agua o leche en lugar de refrescos puede ayudar a evitar este problema.

MUELAS DEL JUICIO. Las muelas del juicio, o terceros molares, generalmente necesitan ser extraídas durante la adolescencia o la adultez temprana. Si la mandíbula no tiene suficiente espacio para ellas, pueden apiñarse o dañar los demás dientes.

CÁNCER ORAL. El cáncer de boca, labios o encías afecta a aproximadamente 50,000 personas cada año. Los síntomas pueden incluir llagas, placas, bultos o dolor en la boca. Si notas alguno de estos signos, consulta a tu dentista o médico.

RECHINAMIENTO DE DIENTES. El rechinar de dientes puede provocar grietas y daños en el esmalte dental. Un protector bucal especial hecho por tu dentista puede proteger tus dientes. Ten cuidado con los protectores bucales de venta libre, ya que pueden ajustarse mal y convertirse en un peligro de asfixia al dormir. ●