DENTAL MAGAZINE

REVISTA DE SALUD BUCODENTAL - EDICIÓN GRATUITA - AÑO 0 / Nº 4

BELMONTE
CENTRO AVANZADO DE ODONTOLOGÍA

Dr. Nicolás Belmonte
Médico Estomatólogo

BELMONTE BECA SOLIDARIA

BELMONTE CARE

Ortodoncia para diseñar sonrisas

Vacaciones en paz:
Extraordinaria experiencia humana y profesional

Cómo tener una perfecta salud bucodental

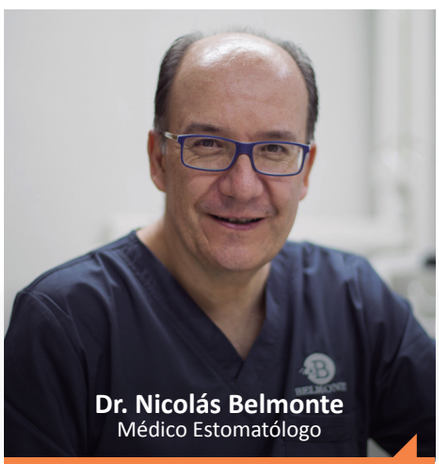
Orthoapnea

Preparados para la vuelta...

Av. de España, 29 - 02002 Albacete - Telf.: 967 222 630

belmonteclinicadental.com

ORTODONCIA
PARA DISEÑAR SONRISAS



Dr. Nicolás Belmonte
Médico Estomatólogo

"La mejor solución para conseguir una sonrisa bonita"

Hasta no hace mucho tiempo el tratamiento de Ortodoncia parecía algo circunscrito a niños y adolescentes, pero cada vez son más los adultos que acuden a la clínica solicitando la valoración de un profesional.

La Ortodoncia es la parte de la Odontología que se dedica a la correcta alineación y nivelación de los dientes. El paciente normalmente viene por problemas estéticos, pero va mucho más allá de los problemas estéticos, hay que hacer que la boca funcione. Los motivos son exactamente los mismos para todos los pacientes independientemente de la edad: apiñamientos, problemas periodontales, problemas articulares, etc., si bien es cierto que en los adultos existe una gran demanda de tratamiento de ortodoncia por pérdidas de piezas que quieren ser repuestas con prótesis o con implantes y que por el tiempo que han estado sin esas piezas y por el movimiento de los dientes adyacentes, esa rehabilitación requiere de una ortodoncia previa.

La Ortodoncia actual ofrece un amplio abanico de posibilidades para los pacientes. El continuo avance en este campo hace que los pacientes tengan la posibilidad de acceder a tratamientos cada vez más estéticos y discretos, que es la principal demanda para este grupo de población. Es el especialista en Ortodoncia el que debe guiar al paciente sobre cuáles son las necesidades individuales de cada uno, los problemas que se deben corregir y el tipo de tratamiento más adecuado en cada caso.

En el caso del apiñamiento, el espacio necesario adicional para evitarlo pue-

de ser creado principalmente a través de dos formas, en función de la edad y momento en el que se detecta el problema: mediante la expansión del paladar y los arcos bucales o mediante la extracción de algún diente si dicha expansión ya no es posible. Una vez creado el espacio, los aparatos bucales nos ayudarán a eliminar el apiñamiento dental y alinearán los dientes hasta su posición correcta. Recuerda que la corrección del apiñamiento dental puede ayudar a prevenir las caries dentales y la enfermedad periodontal mediante la mejora de la capacidad para eliminar la placa de los dientes.

En los niños, la ortodoncia nos permite corregir algunos de estos problemas, ya que están en crecimiento y tienen mayor capacidad para adaptarse a los cambios. Sin embargo, la ortodoncia en adultos tiene un punto de partida muy diferente. Los huesos ya no crecen, puede haber pérdida de piezas dentales, del hueso que soporta los dientes o incluso de tratamientos anteriores, como coronas o implantes. Estas situaciones más complejas en adultos hacen que con frecuencia sea aconsejable afrontar los tratamientos con un enfoque multidisciplinar.

Cuando trabajamos con los niños podemos aprovechar este crecimiento para crear el hueso para colocar los dientes en buena posición. En el caso de los adultos no tenemos este crecimiento y tenemos que adaptarnos a la forma de los huesos que ya tiene el adulto y en ocasiones tenemos que acudir a la ayuda del cirujano maxilofacial. Aparte de esto, los pacientes adultos piden los aparatos más estéticos, por eso existen los aparatos linguales, los aparatos estéticos vestibulares y los tratamientos de ortodoncia a través de alineadores transparentes.

> Actualmente ya no se lleva ortodoncia durante 4 o 5 años como pasaba antes

Es más, muchos pacientes adultos nos comentan que habían llevado ortodoncia durante años en su etapa adolescente y ahora vienen a consultar por un tratamiento de ortodoncia invisible, como la ortodoncia lingual, debido a una recaída; porque durante años no habían llevado la retención adecuada. Hoy en día, los tratamientos de ortodoncia, en manos de un buen ortodoncista, son más rápidos que hace unos años gracias a los microtornillos, a los brackets de autoligado, los alambres más modernos... Pero **para que un tratamiento de ortodoncia vaya rápido y sin demoras hay que planificar cada paso** en el tratamiento y saber qué es lo que se va a hacer en cada fase.

También es necesaria la colaboración del paciente con la higiene y la colocación de elásticos cuando el ortodoncista lo indica. La duración de la ortodoncia suele oscilar entre uno o dos años dependiendo de la severidad del problema y la colaboración del paciente. El éxito del tratamiento depende sobre todo de un riguroso diagnóstico y una correcta planificación de los pasos a seguir. Cuando los dientes están bien alineados y funcionan bien son mucho más bonitos. Además, la boca se mantiene mucho más sana, porque **es mucho más fácil de mantener,** no tiene recovecos, se puede cepillar mucho mejor y los profesionales trabajan mucho mejor en ella para solucionar cualquier tipo de problema dental.

En la ortodoncia contemporánea actual casi todas las novedades y desarrollos van en torno a la ortodoncia del adulto. La tendencia actual es desarrollar aparatos customizados, individualizados, fabricados a medida para cada uno de los pacientes. Hasta hoy en día teníamos brackets que eran estándar a todos los pacientes; se ponía el mismo bracket y durante varios meses teníamos que hacer compensaciones, ir trabajando el caso para individualizar el resultado final. Hoy en día esto ya no es así. Por medio de fabricación individualizada del aparato, somos capaces de acortar el tiempo de tratamiento en muchos meses respecto a la ortodoncia tradicional.

Los tratamientos pueden ser con brackets metálicos, la ortodoncia de toda la vida. Pero, como decíamos antes, también existen nuevas modalidades que consiguen efectos más estéticos como los brackets autoligados de cerámica, que se adaptan perfectamente al color del diente. Lo más novedoso sería la **ortodoncia invisible**, con férulas transparentes que se pueden quitar y poner fácilmente para comer o cepillarse los dientes, lo que mejora la higiene bucal y además proporciona una sonrisa mucho más estética.

De este modo es como trabajamos los profesionales ortodoncistas en **Centro Avanzado de Odontología Belmonte.** Si desea pedir cita pásese por la clínica en Avenida de España, 29 de Albacete en horario de Lunes a Viernes de 9:30 a 13:30h. y de 16:00 a 20:00h o llame al teléfono 967 22 26 30.

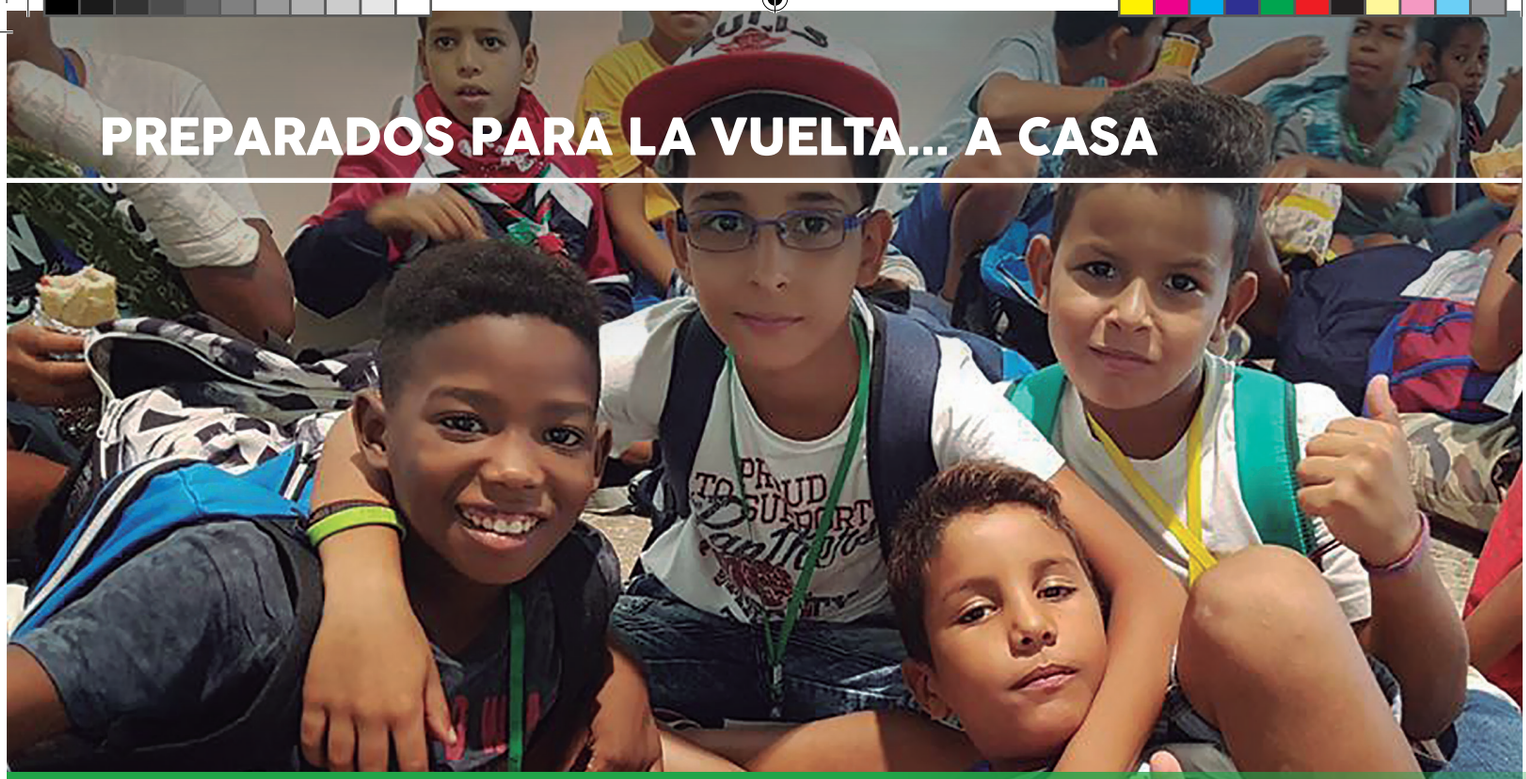
Sonreír es muy fácil

TODAS LAS ESPECIALIDADES

Odontología General | Endodoncia | Periodoncia
Ortodoncia | Estética | Blanqueamiento | Cirugía | Prótesis
Implantología | Odontología Infantil

967 222 630

Av. de España, 29 | 02002 Albacete | www.belmonteclinicadental.com



VACACIONES EN PAZ:
EXTRAORDINARIA EXPERIENCIA HUMANA Y PROFESIONAL

Tras su estancia en Albacete durante los meses de julio y agosto, 39 niños de origen saharaui han regresado a sus hogares en los campamentos de refugiados de Tinduf (Argelia). Una magnífica experiencia estival que Centro Avanzado de Odontología Belmonte ha tenido el placer de compartir con ellos.

Estos peques de entre 8 y 12 años forman parte del Proyecto "**Vacaciones en Paz**", con el que la Asociación de Amistad con el Pueblo Saharaui de Albacete pretende ayudarles para que disfruten de unos meses diferentes con sus familias de acogida, y unas condiciones metereológicas muy distintas a las extremas que caracterizan a la provincia argelina durante esta época. Además de realizarles un chequeo médico que garantice su bienestar durante el mayor tiempo posible.

Una misión en la que el equipo de Centro Avanzado de Odontología Belmonte se ha volcado con el fin de mantener la correcta salud bucodental de todos y cada uno de estos pequeños embajadores del desierto, que presentaban, en su mayoría, infecciones bucodentales crónicas, siendo la fluorosis la patología más común en sus dentaduras.

La fluorosis dental se manifiesta en el cambio de aspecto de la superficie esmaltada del diente sobre la que pueden apreciarse manchas marrones, normalmente con forma de líneas horizontales. El equipo de Centro Avanzado de Odontología Belmonte explica que "es frecuente su aparición en estos pacientes tan especiales, ya que suelen estar expuestos a la ingesta frecuente de agua con altas concentraciones de flúor. Tomar este mineral en cantidades excesivas durante el periodo de formación de los dientes, que iría hasta los 8 años de edad del niño, es lo que causa generalmente la fluorosis".

La caries ha sido la segunda afección dental más generalizada entre los pequeños, encontrando, en algunos casos, una importante destrucción de las piezas dentales que se ha tratado mediante la realización de empastes e incluso endodoncias. Asimismo, un porcentaje pequeño de estos niños han necesitado limpiezas bucales para solucionar un problema gingival.

Además de la interpretación clínica, esta experiencia tiene una lectura humana para todos los miembros de Centro Avanzado de Odontología Belmonte en la que priman los adjetivos de "exclusiva", "gratificante", "reconfortante" y "emocionante". Una iniciativa que han realizado con mucho cariño y que, por supuesto, todos repetirían. De hecho, Centro Avanzado de Odontología Belmonte hace público, en estas páginas, su compromiso de renovar este proyecto solidario.

Los 39 pequeños, que inicialmente entraban temerosos a la Clínica albaceteña ante una aparatología nueva para ellos, han finalizado todos sus tratamientos, siendo unos excelentes pacientes para un equipo que confiesa haberse sentido "encantado con su presencia, ya que este tipo de pacientes les ha hecho recordar el valor de lo que tenemos. El de las pequeñas cosas. La importancia de disfrutar del día a día y la grandeza de quienes aprenden a vivir con poco o, más bien, nada".

Cómo tener una perfecta salud bucodental

Para tener una buena higiene dental **no basta sólo con cepillarse los dientes**, existen otra serie de consejos prácticos que puedes implementar para combatir la formación de caries y prevenir enfermedades de las encías, como gingivitis y periodontitis, enfermedades causadas por la acumulación de bacterias en los dientes que forman una sustancia dura y porosa llamada cálculo o sarro. Las caries y las enfermedades de las encías además de ser dolorosas o dar lugar a infecciones graves, pueden contribuir a empeorar las enfermedades cardíacas, la diabetes y las enfermedades respiratorias.

Cepillado de la boca

Lo primero que debes hacer para tener una buena higiene dental es conseguir un cepillo de dientes de cerdas suaves y que se adapte al tamaño de tu boca, el cual es recomendable cambiar cada tres meses. El cepillado de la boca debe incluir los dientes, las encías y la lengua y debe realizarse como mínimo tres veces al día. Limpia todas y cada unas de las piezas dentales por su parte externa e interna. **La técnica correcta para un buen cepillado de la parte externa consiste en desplazar el cepillo dental realizando un movimiento circular** de barrido poniendo atención en abarcar toda la cara del diente tanto interna (hacia la lengua y el paladar), como la externa (hacia los labios) en especial notando que nos cepillamos la zona cercana a la encía, pero sin presionarla. El cepillado de las muelas o molares y premolares por lo general requiere más cuidado, debido a los múltiples surcos que poseen y a que tienden a acumular gran cantidad de placa dental.

En cuanto a la limpieza de la lengua, se aconseja cepillarla desde arriba hacia abajo, evitando movimientos bruscos que puedan lastimar la lengua.

Uso del hilo dental

Después de cepillarse **los dientes se recomienda pasar el hilo dental** entre los dientes, de manera que puedas eliminar cualquier resto de alimentos que se encuentre en la zona interproximal, es decir, entre dientes contiguos. De esta manera se evita la formación de placa bacteriana y de enfermedades periodontales.

Enjuague bucal

Actualmente en el mercado existe una gran variedad de enjuagues bucales que te ayudarán no sólo a eliminar las bacterias y microorganismos causantes de las caries y del mal aliento, sino incluso a remineralizar el esmalte dental.

Visita regular al odontólogo

Realiza por lo menos 1 visita anual a tu odontólogo para efectuar un examen mucho más profundo de tu boca y detectar la aparición temprana de cualquier tipo de incidencia.

Orthoapnea

UN TRATAMIENTO PARA DEJAR DE RONCAR Y, DE ESTE MODO, PREVENIR ENFERMEDADES MÁS GRAVES COMO LAS QUE PROVOCA LA APNEA DEL SUEÑO

La apnea del sueño consiste en la aparición de **episodios repetidos de pausas respiratorias (apneas) durante el sueño.** Se define como una interrupción temporal de la respiración de más de diez segundos. Los sujetos que la sufren, tienen continuos episodios de cese del flujo aéreo en los que dejan de respirar. Estos episodios de asfixia pueden tener una duración variable desde unos segundos, alcanzando en algunos casos hasta un minuto de duración y se producen de manera recurrente cientos de veces durante una noche.

RONCAR NO ES SÓLO UN RUIDO MOLESTO

La apnea del sueño puede acarrear problemas importantes de salud, no fácilmente achacables a la apnea, puesto que se manifiestan en forma de ansiedad, problemas de atención, cansancio durante el día, fibromialgia, reflujo gástrico, hipertensión, impotencia, aumento del riesgo de ataque al corazón, irritabilidad, problemas de concentración, dolor muscular y fatiga, ronquidos, aumento de peso, depresión o diabetes.

Los principales síntomas son el ronquido fuerte y crónico, las paradas respiratorias y el cansancio (sensación de no haber dormido bien).

LA MEJOR SOLUCIÓN

El aparato Orthoapnea es una prótesis patentada tipo férula ideada como solución al ronquido y la apnea obstructiva del sueño. También es eficaz en el tratamiento del bruxismo ya que al adelantar la mandíbula se limitan los movimientos laterales que aparecen en este trastorno.

Este mecanismo está formado por dos férulas unidas entre sí a través de un sistema de ajuste regulable milimétricamente que permite el adelantamiento controlado y confortable de la mandíbula, mediante un aumento del tono muscular a nivel de la vía aérea. Algo que permite la total movilidad de la boca y, al fabricarse a medida, su plena adaptación a las peculiaridades de cada paciente.

El uso de la prótesis reduce significativamente el ronquido y las apneas

Asimismo, Orthoapnea, un tratamiento cuya eficacia ha sido avalada por varios estudios, puede ser usado en cualquier tipo de dentición, incluso en pacientes con prótesis removible y en pacientes desdentados totales y superiores.

El uso de la prótesis reduce significativamente el ronquido y las apneas permitiendo a los pacientes recuperar el patrón de sueño normal, normalizar la hipertensión y erradicar la somnolencia diurna excesiva, que en muchos pacientes alcanza niveles inhabilitantes para su vida cotidiana, devolviendo a muchos pacientes y sus parejas la calidad de sueño y de vida de la que durante años se han visto privados.

¿Sabías qué...

SE NECESITAN 400 LITROS DE SALIVA PARA PROTEGER LA BOCA

La cantidad de saliva que un ser humano promedio utiliza para limpiar los dientes durante toda la vida es de más o menos 378,5 litros. Según la cirujana-dentista Ana Paula Pasqualin Tokunaga, la saliva tiene varias funciones, entre ellas: la acción bactericida y capacidad de promover la lubricación de la mucosa de la boca, garganta y tracto digestivo superior. "La saliva limpia y protege la boca, lo que dificulta que las bacterias se adhieran a los dientes; mejora la inmunidad, ya que tiene los anticuerpos que nos protegen contra enfermedades, y reduce la incidencia de caries". Para mantener el flujo ideal de saliva, se recomienda beber mucha agua.

NO TODO EL MUNDO PIERDE SUS DIENTES DE LECHE

A los 3 años, el niño promedio tiene un juego completo de 20 dientes temporales. Estos pequeños dientecillos se aflojan y finalmente se caen para que salgan los dientes permanentes inferiores. Los niños suelen empezar a perder los dientes alrededor de los 5 ó 6 años y terminan en la adolescencia. Pero si una persona no tiene un diente de reemplazo permanente, el diente de leche se quedará dónde está.

IR AL DENTISTA PREVIENE ATAQUES AL CORAZÓN

Estudios han demostrado que una persona que visita al dentista al menos una vez cada dos años es 24% menos propensa a tener un ataque al corazón. Y es que las bacterias orales pueden ser transportadas a través del torrente sanguíneo a otras partes de nuestro cuerpo. "Las personas que tienen enfermedades del corazón y no tratan las infecciones orales tienen un mayor riesgo de desarrollar una infección grave en el corazón, con el riesgo de sufrir un infarto. El cuidado de los dientes y las encías no sólo es una cuestión estética, sino que afecta directamente a la salud del cuerpo ", explica la experta.

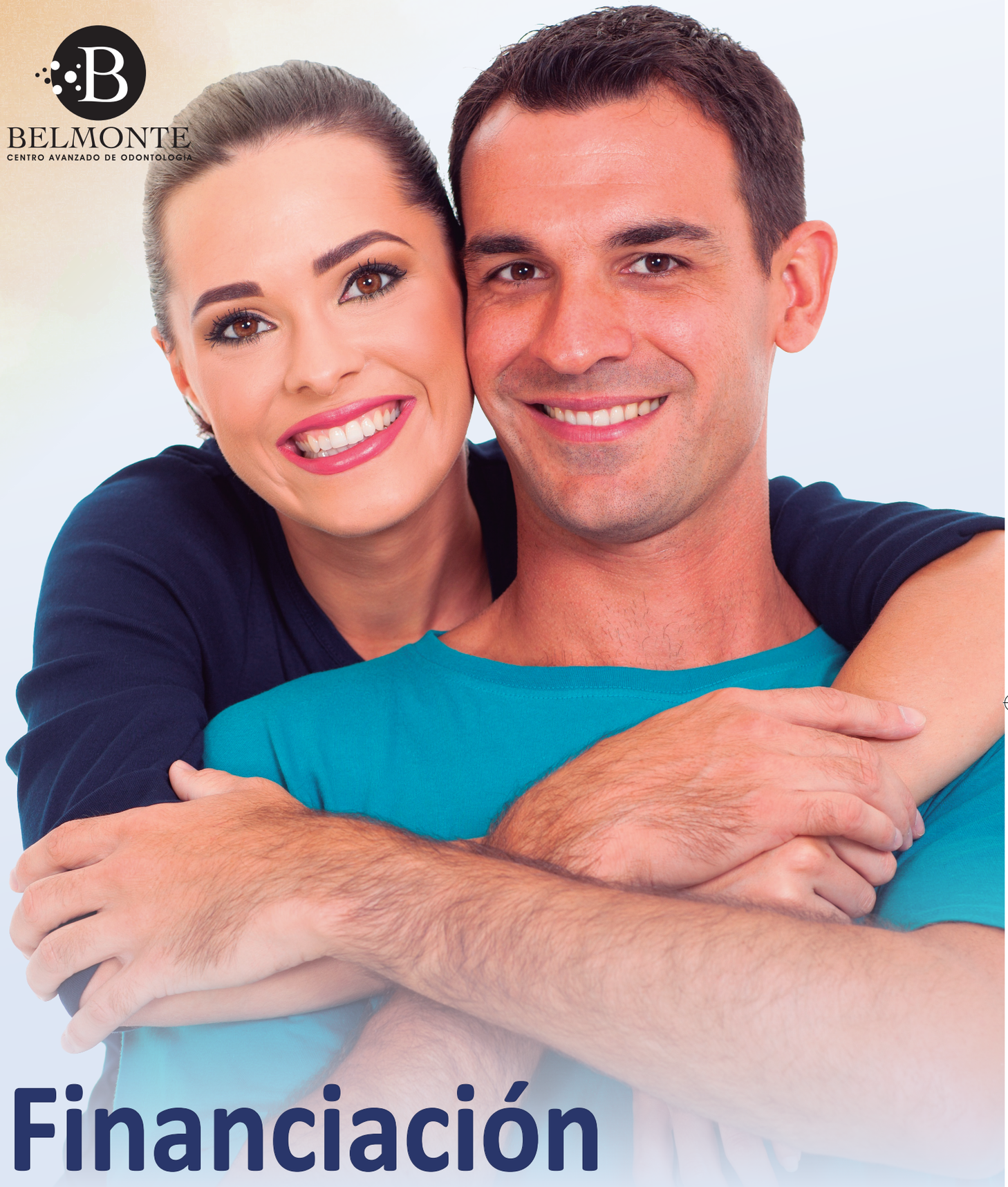
EL COLOR DE LOS DIENTES PUEDE INDICARNOS LO QUE SUCEDE EN NUESTRO CUERPO

Pueden ser amarillo oscuro (delata que fumamos o tomamos demasiado café), verdosos (excesiva exposición a metales), naranjas (por excesiva inhalación de ácido crómico), marrones (exposición excesiva a una solución de yodo, así como pasar mucho tiempo en piscinas tratadas con cloro), gris azulado (por tomar demasiada minociclina, un tipo de tetraciclina que se receta a menudo para tratar el acné y la artritis reumatoide), etc.

EN NORUEGA EXISTE UN BANCO DE DIENTES

En Noruega, los niños pueden donar sus dientes de leche y así, ayudar a la ciencia. Además de los dientes, también se requiere una muestra de sangre y orina de la madre. Gracias a esta muestra, los donantes pueden saber cómo afectan las bacterias a la salud tanto de las madres como de los hijos.

BELMONTE
CENTRO AVANZADO DE ODONTOLOGÍA



Financiación

Nos adaptamos a ti

Te ofrecemos hasta 5 años de financiación y 12 meses sin intereses