



## **Dar en el blanco, la sonrisa perfecta**

Un tratamiento 100 % estético para conseguir el blanqueamiento de los dientes cada vez se hace más popular entre las personas de entre 30 y 50 años de edad. Esta técnica, que solo se practicaba en los consultorios, comienza hacer popularizada por las compañías dentales, invadiendo el mercado con prácticos productos caseros que prometen conseguir un “blanco” total. ¿Será?

Las opciones para mejorar el aspecto de una persona son infinitas, desde el cambio de tono de pelo hasta las cirugías mayores que modifican alguna parte del cuerpo. En definitiva esto ayuda a las personas en su proceso de aceptación social; en el caso particular de los dientes “blancos”, muchas personas los consideran un signo de salud y limpieza.

Ciertamente, el blanqueado de los dientes es muy simple y está al alcance de todos, ya que las compañías dentales brindan esa alternativa; sin embargo el odontólogo Pablo Olivar considera importante “un diagnóstico previo para evaluar si se es candidato o no a este tipo de tratamiento”.

El blanqueamiento es un procedimiento relativamente nuevo aunque existe desde hace 20 años. Esta técnica no es complicada; no obstante, es necesaria la supervisión de un profesional porque en su aplicación son utilizados agentes agresivos que pueden dañar los tejidos blandos de inclusive el diente.

“El blanqueamiento dental es un procedimiento clínico que intenta conseguir el aclaración del color de uno o varios dientes con ayuda de un agente químico (peróxido de hidrogeno o peróxido de carbamida), sin alterar la estructura básica de la pieza (esmalte, irritación de la dentina e inflamación de la pulpa)”, asegura el especialista. Este tratamiento, agrega, puede ser aplicado en personas que tengan los dientes manchados, oscuros o pigmentados y sin que la integridad de su diente esté alterada. Regularmente, el tratamiento aplicado dependerá de la historia clínica del paciente que incluye una exploración física y clínica de las piezas dentales (deterioro, endodoncias, restauraciones existentes, pigmentación). Cuando se tienen carillas, coronas u otras restauraciones de porcelana resina, hay que evaluar cuán necesario es el blanqueamiento, ya que la pieza tendría que ser cambiada porque con el tratamiento no tendría modificación alguna. De lo contrario se tendrán que cambiar las restauraciones para igualar su color con el de los dientes blanqueados.

### **100 por ciento blancos**

Conseguir el blanco total es muy relativo porque no existe ese color puro en los dientes. Regularmente, el color de las piezas dentales se puede clasificar en cuatro grupos café, amarillo, gris ocre y gris traslúcido. Cada uno puede ser aclarado notoriamente, pero dependerá de la dentina y del esmalte; éste puede ser comparado con un “vidrio” traslúcido

que deja entrever el tono de la dentina; esta última es la parte que da color al diente y que tiene que ser blanqueada para que refleje un tono claro a través del esmalte.

No sólo existen factores externos que manchan los dientes, como el café, el té negro, el vino, las fresas y las frambuesas, sino factores genéticos; los dientes se van obscureciendo de forma natural (comienza la retracción de la pulpa y los dientes se van calcificando). Además, hay que tomar en cuenta que un diente que a sido sometido a una endodoncia se obscurece porque ya no es una pieza viva (no tiene pulpa ni circulación sanguínea).

## Aclaradores clínicos vs. Comerciales

Si bien es cierto que existe un sinnúmero de productos al alcance de de la gente para aclararse los dientes, también es un hecho que no tienen comparación alguna con los utilizados en los consultorios dentales. En principio, las concentraciones de químicos contenidas en los primeros vienen en porcentajes muy bajos (3 por ciento), mientras que en los clínicos son de entre 10 y 35 por ciento.

## Armas Blanqueadoras



Los agentes químicos encargados de blanquear la dentina son el peróxido de hidrogeno y el peróxido de carbamida cuya concentración se mide en porcentajes



El peróxido concentrado en estas jeringas es depositado en unas guardas, que son como guantes para los dientes, para que pueda ser mantenido sobre su superficie



Según el porcentaje utilizado para blanquear los dientes, el tratamiento puede emplearse de 7 a 10 días durante 2 horas diarias. Cuando es más alto el porcentaje, con media hora es suficiente para poder notar un cambio.



Un porcentaje de 35 en un tratamiento solo es aplicado en el consultorio dental ya que exige un mayor cuidado de la encía, que es protegida con un gel, y su reacción es acelerada mediante la aplicación de luz halógena o rayos láser durante 30 minutos.

La desventaja, entonces, de estos productos comerciales es que tendría que utilizarlos por más tiempo y solo conseguiría un blanqueado correspondiente a 3 por ciento, el cual no será significativo.

Los actuales productos blanqueadores que contienen peróxido se clasifican en dos grandes categorías:

- **Peróxido de hidrogeno** en altas concentraciones (35 por ciento) que requieren equipo especializado para producir calor con el fin de acelerar la reacción del agente blanqueador. Se ha reportado que estas técnicas pueden causar daño a la pulpa si no se aplican con la debida supervisión.
- **Peróxido de carbamida** como sin carbopol (permite la lenta o rápida liberación de oxígeno); su concentración puede ser de 10, 15, 20 y 35 por ciento. En forma de gel no requiere de fuentes de luz o calor para su activación. La seguridad del peróxido de carbamida ha sido ampliamente estudiada. Igualmente, hay estudios que demuestran que no produce cambios estructurales importantes sobre el esmalte.

En el caso de que eligiera un tratamiento clínico, la ventaja es que podrán regresarle a sus dientes su naturalidad original con los cuidados de su especialista.

“El que podamos llegar a porcentajes elevados de éxito depende de muchos factores, aunque se pueden pronosticar resultados, si no del 100%, si muy satisfactorios. La duración es aproximadamente de tres años, en donde se pueden estar aplicando refuerzos para mantener el blanqueamiento dental”, asegura Olivar.

### **Tome en cuenta las siguientes recomendaciones:**

- El blanqueamiento final obtenido permanecerá invariable en tu boca durante 2 a 5 años aproximadamente, dependiendo de cada paciente, de sus dientes y de su cuidado. En cualquier caso, cuando decae el blanqueamiento nunca regresa el color inicial; los dientes siempre quedan más blancos.
- Antes de aplicar un tratamiento es básico una limpieza bucal profesional que permita eliminar todas las manchas exteriores con el fin de que el producto blanqueador tenga máxima eficacia.
- Tendrá que suspender las pastas dentales o enjuagues con flúor 15 a 30 días antes del blanqueamiento para así optimizar los resultados (el fluor “refuerza” el esmalte). De igual manera, deberá suspenderse de 15 a 30 días antes el uso de productos desensibilizantes en líquidos o pastas dentales a base de nitrato potásico y otros componentes que pudieran inferir en el blanqueamiento.
- Se recomienda suspender el consumo de bebidas que contengan flúor (Agua de “Vichy Catalan”, entre otros), como son la mayoría de aguas mineromedicinales. Más fácil...cheque los ingredientes en las etiquetas del producto.
- En el caso del tratamiento en casa, suspenda el consumo de sustancias perjudiciales mientras dure el blanqueamiento. Podrían alterar negativamente los resultados.

- Después de la aplicación, según el paciente, se recomienda tomar un antiinflamatorio si hay sensibilidad al frío o ligeras molestias. Estas son pasajeras. Si persistieran, puedes recurrir a los enjuagues con colutorios desensibilizantes y/o topificaciones.
- Ya se pueden realizar los enjuagues con flúor y cepillados con pastas normales fluoradas.
- Se recomienda evitar durante un mes el consumo de bebidas carbónicas y cualquier producto o alimento ácido que provoque manchas (piña, kivi, cítricos). Se puede seguir una “dieta blanca” (sin espinacas, vino tinto ni refrescos de cola, etc.).
- En este periodo, el diente es especialmente propenso a “captar” manchas... Sigue con “dieta blanca” si quieres prolongar mucho más el resultado del tratamiento.

## Malestar y efectos colaterales

Los efectos colaterales y reacciones secundarias reportados cuando el blanqueamiento ha sido correctamente manejado son mínimos; los informes manejan la sensibilidad dental a los cambios térmicos o a la irritación gingival como los más comunes, pero generalmente transitorios. Pese a ello, es necesario que cuando esto ocurra durante o al término del tratamiento, consulte a su dentista. Estos malestares desaparecerán normalmente al cabo de una semana.

## Considere que...

Todas las técnicas de blanqueamiento funcionan; es recomendable escoger un producto de reconocido prestigio.

Es indiferente que el tratamiento se realice en casa, en clínica o con técnicas mixtas. Es poco relevante que el gel se active mediante láser, luz halógena o luz de plasma. El mecanismo de actuación es siempre el mismo.

Si padece de hipersensibilidad dental, debe acudir al tratamiento en clínica; de esta manera, el especialista podrá aislar y proteger la dentadura expuesta, aplicando el producto solo donde sea necesario. Se requiere de un proceso muy meticuloso.

## Contraindicaciones:

Si llegaras a tener enfermedades periodontales como:

1. **Gingivitis** –inflamación ligera de encías o tejidos blandos.
2. **Periodontis aguda** – inflamación severa de encías y tejidos blandos y comienzo de pérdida ósea.
3. **Periodontis Crónica** – inflamación y sangrado de encías o tejidos blandos, pérdida ósea severa y pérdida de dientes por movilidad excesiva.

Definitivamente una de las contraindicaciones para realizar blanqueamientos dentales es la presencia de gingivitis y, por ende, las demás enfermedades periodontales, ya que se utilizan agentes agresivos para dicho tratamiento y empeora la salud de los tejidos blandos. Solo está prohibido realizar el blanqueamiento dental en casos severos de jóvenes menores de 18 años