

DIENTES SENSIBLES: CAUSAS Y TRATAMIENTO

La sensibilidad dental (hipersensibilidad dentinaria) puede producirse cuando la encía se retira de los dientes en la línea de las encías y deja al descubierto la dentina de sus dientes. La dentina es una capa de tejido blando del diente que se encuentra debajo del esmalte. Por debajo de la línea de las encías la dentina no cuenta con la protección del esmalte que cubre la parte del diente visible en la boca. Cuando la dentina queda expuesta, los poros microscópicos (denominados túbulos) que comunican con el nervio del diente quedan desprotegidos. Los alimentos calientes, fríos y, a veces, dulces o ácidos pueden provocar dolor por hipersensibilidad.

La anatomía del diente es similar a la que se muestra en dentalcare.com, compuesta por el esmalte, la dentina, la recesión de la encía, los túbulos...



¿POR QUÉ SON SENSIBLES MIS DIENTES?

Hay muchas maneras de que la dentina quede expuesta y provoque sensibilidad dental.

CAUSAS FRECUENTES DE SENSIBILIDAD DENTAL DERIVADAS DE LA EXPOSICIÓN DE LA DENTINA

- Recesión de la encía debido a una enfermedad periodontal
- Cepillado extremadamente agresivo o cepillado con un cepillo con filamentos duros
- Exceso de alimentos y bebidas ácidos
- Bruxismo
- Deterioro dental o lesión física en los dientes
- Intervención dental reciente



Consulte siempre a su profesional dental si siente un dolor de dientes intenso o constante que se prolonga durante más de uno o dos días. Si presenta el dolor agudo y fulgurante que suele estar relacionado con la sensibilidad dental, utilice productos diseñados para bloquear los túbulos y aliviar el dolor, como pasta dentífrica para dientes y encías sensibles.

QUÉ HACER PARA TRATAR LOS DIENTES SENSIBLES

Gracias a todos los avances en el campo de la tecnología de la salud bucal, probablemente no tenga por qué soportar la sensibilidad dental. Actualmente existen varias opciones para el tratamiento de los dientes sensibles:

- Cepílese y use el hilo dental dos veces al día para evitar enfermedades periodontales.
- Asegúrese de limpiar todas las partes de la boca, incluidos los espacios interdentales y la línea de las encías.
- Cepílese con suavidad con un cepillo eléctrico con filamentos suaves. De este modo evitará un cepillado extremadamente agresivo y protegerá el esmalte.
- Evite los alimentos y bebidas ácidos.
- Utilice una pasta dentífrica diseñada para ayudar a proteger los dientes ante la sensibilidad.

Aunque existen muchos métodos eficaces sin receta para el tratamiento de los dientes sensibles, siempre es recomendable consultar con su profesional dental si sigue teniendo hipersensibilidad, puesto que puede ser signo de problemas más graves.

Le recomendamos que pruebe estos productos:

☐ Cepillo de dientes eléctrico recargable Oral-B

☐ Cepillo de dientes manual Oral-B

☐ Pasta de dientes Crest

☐ Hilo Oral-B

☐ Enjuague bucal Crest y Oral-B