Hipersensibilidad dental

Categoría : --- Odontologia y Maxilo facial
Publicado por Narr el 5/8/2012

Hipersensibilidad en los dientes
mso-bidi-font-size:11.0pt;line-height:115%;font-family:"Verdana","sans-serif"">
Detrás de las molestias y la sensibilidad en los dientes puede haber caries o problemas en las encías
mso-bidi-font-size:11.0pt;line-height:115%;font-family:"Verdana","sans-serif"">
Por NÚRIA LLAVINA RUBIO
mso-bidi-font-size:11.0pt;line-height:115%;font-family:"Verdana","sans-serif"">

- Imagen:
mso-bidi-font-size:11.0pt;line-height:115%;font-family:"Verdana","sans-serif"">
Cody Long –
La hipersensibilidad dental es una consulta común en la práctica odontológica clínica. Esta afección provoca molestias al comer, beber, cepillarse los dientes y, en ocasiones, incluso, al aspirar aire con la boca. La intervención terapéutica con fármacos desensibilizantes puede aliviar el dolor, aunque con frecuencia vuelve a surgir si no se trata la causa subyacente, como una caries o las enfermedades periodontales. En este artículo se explica qué hay detrás de la hipersensibilidad dental y cómo tratarla y se ofrecenconsejos para aliviar las molestias asociadas.

Tomar un helado o, por el contrario, una bebida muy caliente, o morder un caramelo y sentir un dolor breve y agudo en uno o más dientes. Es probable que sean piezas sensibles, o lo que se denomina hipersensibilidad dental, un nombre que suena inofensivo para una afección que puede resultar muy incómoda si no se pone tratamiento. Además, no tratarla impide una correcta higiene bucal, y puede derivar en otras patologías más graves como caries y enfermedades periodontales (problemas de encías). Si ya es demasiado tarde, la afección en sí misma puede indicar la presencia de ambas enfermedades.
Causas habituales de hipersensibilidad dental
La causa más habitual de la hipersensibilidad dental es la exposición de la dentina al medio exterior. La dentina es el tejido endurecido que se encuentra justo por debajo del esmalte del diente y que contiene las fibras microscópicas de los nervios. La retracción de la encía provoca que la raíz expuesta pierda la capa de esmalte y no proteja frente a estímulos externos. Esta alteración es más frecuente en personas entre los 20 y 50 años de edad, y está provocada por caries, abrasión

durante el cepillado (es una de las causas más habituales) o recesión de la encía. Golpes o traumatismos dentales o tener algún diente partido pueden producir sensibilidad.
También puede surgir tras limpiezas dentales o algún tipo de reparación en la que se altere la estructura del diente, puesto que la pieza se debilita. Pero esta hipersensibilidad disminuye con el paso de los días. En caso contrario, será necesario acudir al odontólogo, ya que pude haber alguna causa subyacente.
La hipersensibilidad puede surgir tras una limpieza dental o alguna reparación en la que se altere la estructura del diente
Los cambios en la estructura del diente, aunque con menos frecuencia, también pueden provocar hipersensibilidad. A veces la pieza se mueve (por cambios estructurales de la boca, debidos a hábitos como chuparse el dedo o la ortodoncia) y se producen cambios en la superficie que se utiliza para morder.
En fechas recientes, especialistas españoles han puesto en duda algunos tratamientos de blanqueamiento dental poco adecuados que pueden dañar el esmalte, así como el uso de prótesis dentales de mala calidad, que aumentan como consecuencia de la crisis económica. Todo ello contribuye al aumento de sensibilidad.
Hipersensibilidad: cuándo acudir al dentista
Cuando hay sensibilidad en uno o más dientes, la primera recomendación es consultar al odontólogo para determinar la causa. No obstante, la visita al especialista es de vital importancia ante las siguientes circunstancias:

->Sensibilidad persistente ante la presión.
->Tener solo una pieza sensible durante mucho tiempo, ya que puede indicar que la pulpa está infectada o puede morir.
->Sensibilidad que no disminuye después de dos semanas de uso de dentífrico especial para dientes sensibles.
->Presencia de dolor que dura más de una hora.
->Cuando las encías de la zona sensible cambian de color.
->Presencia de deterioro dental evidente.

Ocho consejos para reducir la hipersensibilidad dental
Si la sensibilidad se debe a caries o enfermedades periodontales, estas deben tratarse para garantizar que no se produzca una recaída. Si se origina por la abrasión del esmalte o por retracción de la encía, el tratamiento se basa en utilizar pastas dentales y enjuagues bucales especiales. El afectado, además, puede seguir varios consejos:

->Cambiar el cepillo dental cada seis meses porque al desgastarse daña el esmalte y favorece este problema. Asimismo, se recomienda adquirir cepillos de cerdas suaves.
->Emplear una pasta de dientes que no sea agresiva.
->Antes de ir a la cama, poner un poco de pasta dentífrica en los dedos o en un poquito de algodón y aplicarla en la zona sensible. Después se escupe la pasta, pero sin enjuagarse con agua. A las pocas semanas, la sensación de sensibilidad debería mejorar.
->Probar con un enjuague de fluoruro. Estos, disponibles sin receta, pueden ayudar a disminuir la sensibilidad, sobre todo en quienes sufren problemas de caries.
->Mantener la boca limpia. La placa, la sustancia blanca pegajosa que se forma sobre los dientes, produce un ácido que irrita las piezas. Cepillarse con agua templada y evitar, en lo posible, la ingesta de alimentos y bebidas ácidos.
->Eliminar de la dieta el exceso de azúcares y realizar un cepillado correcto después de todas las comidas.

->Dejar de fumar; el tabaco está relacionado de forma directa con la retracción de las encías.
->Con los niños hay que predicar con el ejemplo, que vean cómo sus padres se cepillan los dientes, y llevarles al dentista dos veces al año.

Cuidado de los dientes en vacaciones

Durante el verano se incrementan los casos de hipersensibilidad dental en los niños por un mayor consumo de alimentos como helados o bebidas frías. También se produce un aumento de la caries debido al abuso de bebidas azucaradas y el consumo de alimentos entre horas. Por último, la intensificación de la actividad deportiva durante las vacaciones provoca un incremento de traumatismos, roturas y pérdidas de dientes. Por ello, en la época estival, hay que prestar especial atención a la salud bucodental de los más pequeños, que descuidan los hábitos saludables.

Las caries no son una patología que surja de forma inmediata, por lo que los especialistas insisten en la educación sanitaria para evitar problemas futuros en la dentadura. Reiteran que, en realidad, habría que aprovechar la mayor disponibilidad de tiempo libre en verano para realizar las revisiones pertinentes que, a veces y por falta de tiempo, no se llevan a cabo durante el curso lectivo.