

Decidiste blanquear tus dientes. ¡Fabuloso! Nada como una sonrisa que deslumbré a todos. Ahora sólo queda decidir cómo hacerlo y mantenerla brillante. Hay tantas alternativas en el mercado que escoger el producto adecuado puede tardar horas. Existen varias opciones disponibles en la farmacia, otras más en la oficina de tu dentista y una gran cantidad de productos que ofrecen por televisión. **¿Cuál funcionará mejor, el que venden en la farmacia o el que me ofrece el doctor en su oficina?**

Antes de tomar una decisión es indispensable tener el consejo de un profesional. El proceso de blanquear, ¿debilita el diente? ¿Me ocasionará sensibilidad en los dientes? ¿Cómo hago para mantener el nuevo color? ¿Cuál dura más tiempo? En la mayoría de los casos, hay situaciones y circunstancias que no tomamos en cuenta debido a que no

sabemos lo suficiente sobre el mecanismo del proceso.

La respuesta corta a estas preguntas es: para cada persona los dientes blanquean de modo diferente; algunos más, otros menos. La sensibilidad varía por paciente y, por lo general desaparece después de las primeras 24 horas. Veamos los diferentes métodos desde el punto de vista de un profesional:


Blanqueadores de farmacia

Los blanqueadores que ofrecen las farmacias tienen un problema inicial, no tienen la supervisión de un profesional. Los dos problemas más comunes son: sobreuso (lo cual puede resultar en sensibilidad aguda en los dientes) y daño a las encías (las "cubetas" que vienen en el empaque no son hechas a la medida). En caso de que ocurran quemaduras o sensibilidad, hay que ir a un dentista para buscar una solución.

En la oficina de un profesional

La razón principal de hacer el procedimiento en la oficina dental es que el doctor puede orientar al paciente. Por ejemplo: dientes que ya tienen trabajo dental, como restauraciones o coronas, son problemáticos ya que el diente puede cambiar de color por el material de restauración. El paciente quedaría con una sonrisa de varios colores. Por otro lado, hay ciertos tipos de manchas —como las resultantes de antibióticos— que requieren otro tipo de procedimiento, ya que en esos casos los agentes blanqueadores normales no funcionan. Al atenderse en una oficina dental, el doctor ofrece recomendaciones basadas en su experiencia y adiestramiento, y también puede modificar las expectativas del paciente.

Los materiales que el doctor utiliza en su oficina son casi tres veces más fuertes que los disponibles en las farmacias o en



Haz que tu sonrisa perdure

tratamientos de casa, pues contienen más peróxido de hidrógeno. La lámpara que el doctor usa debe ser compatible con los materiales y activar los agentes blanqueadores rápida y efectivamente. Lo más importante cuando decidas cómo te blanquearás los dientes es hablar de antemano con el doctor y que te explique cómo funcionará el procedimiento. Discute tus inquietudes y habla con honestidad de tus expectativas.

Una vez que termines de blanquear los dientes, es importante mantener esa sonrisa brillando. Muchos dentistas opinan que hay que dejar de fumar, tomar refrescos, café, té u otros alimentos que puedan manchar los dientes. Sin embargo, sabemos que esa no es la realidad. La pregunta es, ¿cómo mantener la sonrisa sin cambiar nuestros hábitos?

Hay productos en el mercado que se formularon para mantener los dientes blancos y, en ocasiones, para continuar el proceso de blanqueo. Las pastas de dientes Rembrandt Plus y Dazzle White contienen un alto porcentaje de peróxido y poseen una abrasión mínima, conservando el esmalte y encías. Las compañías dentales que producen estas pastas tienen estudios clínicos que respaldan sus resultados.

Se le recomienda al paciente que después de blanquearse los dientes, use estas pastas en cada cepillado. El uso de Rembrandt Plus y/o Dazzle White debe ser el siguiente: cepillarse normalmente y después de terminar, dejar la espuma en la boca durante dos o tres minutos, seguido de un enjuague.

El blanqueo dental es un procedimiento seguro y efectivo que no debe limitar el estilo de vida de la persona, sino añadir a este. Una sonrisa atractiva es la parte más importante de tu primera impresión. ¡Hazla brillar! □

El autor es odontólogo cosmético, con práctica privada en Guaynabo.