La caries dental es el problema más común de todos para nuestra dentadura

Noticias 24hs | 13/04/2018

Según los datos estadísticos, el empastar los dientes o muelas picadas son sin duda alguna el trabajo más solicitado dentro del sector de la odontología

Gran parte de la sociedad piensa que con cepillarse los dientes varias veces al día basta para prevenir las caries o cualquier otro tipo de problema bucal. Sin embargo, esto no es del todo cierto. Y es que si nos remontamos al inicio de todo y atendemos al motivo del por qué se producen las caries, podemos comprobar que es debido a la actuación del ácido que genera la ingesta de azúcar, ya sea a través de alimentos sólidos o líquidos.

Esta se impregna por toda la zona de la boca, no solo los dientes: también la lengua o la faringe, dando lugar a una reacción en la placa bacteriana que irá desgastando poco a poco el esmalte y la dentina, causando la cavidad en el diente denominada como caries dental. Esto significa que, para minimizar al máximo el riesgo de creación de dicho ácido y la actuación del mismo sobre nuestros dientes, picándolos, deberemos de sumar al cepillado habitual una limpieza en profundidad de la lengua y la boca en general, utilizando un enjuague para esto último.

Aunque no solamente los azúcares son los causantes de crear este tipo de problemas para nuestra dentadura: en multitud de ocasiones los hidratos de carbono (los fermentables) también reaccionan con las bacterias de la placa, dando lugar a este tan temido ácido.

Como ves, eliminar por completo la posibilidad de que se creen caries en nuestros dientes es algo muy complicado aún y siguiendo unas pautas de limpieza muy estrictas. Por tanto, es recomendable visitar al dentista de forma habitual para realizar revisiones periódicas en el tiempo y conseguir así conocer el estado de nuestros dientes, actuando cuando sea necesario y evitando en la medida de lo posible un mal mayor.

¿Qué puede llegar a producir una caries?

Si no se trata con antelación, la caries dental seguirá avanzando creando un hueco cada vez mayor en el diente, hasta que llegue al nervio del mismo, infectándolo. Es ahí donde el dolor comienza a ser insoportable, aunque aún puede ir a más ya que en un espacio de tiempo aún más prolongado, la caries también puede llegar a afectar al hueso o la mandíbula. Por norma general, una vez que esta llega a la encía e infecta el nervio se debe de proceder a la extirpación del mismo mediante lo que se conoce como una endodoncia. En este momento aún es posible salvar la pieza dental, pero si dejamos que continúe aún más probablemente no solo no consigamos pararla, sino que habremos perdido el diente por completo.

Por tanto, no se trata tan solo de un problema estético al que haya que poner remedio, también de salud. Y uno muy grave. Además, los síntomas de las caries dentales no suelen aparecer hasta que la cavidad es ya bastante profunda, momento en el cual comenzamos a experimentar los primeros dolores. Sin embargo, y aún pudiendo poner remedio con un empaste en dicho momento, siempre es bueno hacerlo mucho antes para mantener el máximo posible de tu diente sano, por lo que ante la falta de evidencias lo único que nos queda es acudir a revisión. Con el material odontológico pertinente, el dentista verá si se está formando una caries dental y establecerá un plan de actuación.

Lo mejor para prevenir este tipo de situaciones, al margen de las recomendaciones de limpieza y revisiones periódicas ya dictadas, es leer siempre los componentes de todo aquello que consumimos, sobre todo cuando no podremos realizar un cepillado en profundidad durante las próximas horas. Ya que esta es la única forma de estar seguros al 100% de disminuir el riesgo lo máximo posible.

En especial, ten mucho cuidado con aquellos ingredientes acabados en "osa" ya que suelen ser aquellos con gran cantidad de azúcares en su composición.

Autor: Redacción