



¡Si usted desea tener una sonrisa más reluciente y blanca, consulte con su dentista de la Asociación Dental de California (CDA, por sus siglas en inglés) para determinar si el proceso de blanqueamiento es apropiado para usted!

## ¿Por qué se ven descoloridos mis dientes?, ¿Podrá ayudarme el proceso de blanqueamiento?

Las manchas más fáciles de eliminar son a su vez las más comunes. Éstas son el resultado de factores externos tales como beber café o té y fumar. También, a medida que envejecemos, los dientes tienden a volverse un poco más amarillentos debido a los cambios que ocurren dentro de la dentina (la capa que se encuentra debajo del esmalte) la cual se puede ver a través de la capa transparente del esmalte. El blanqueamiento es más eficaz, y generalmente tiene más éxito con este tipo de manchas.

Otros tipos de manchas aparecen principalmente debido a factores internos, tales como las manchas causadas por el uso de tetraciclina o a una cantidad excesiva de fluoruro durante los años en los que se desarrollan los dientes. La decoloración gris y negra debido a estos factores es mucho más difícil de blanquear con éxito.

## ¿Qué implica el blanqueamiento?

Existen opciones que se pueden aplicar en el consultorio dental y otras que usted puede usar en su hogar. La mayoría de los productos blanqueadores utilizan el mismo agente blanqueador, peróxido de carbamida, aunque las concentraciones varían dependiendo del proceso y del producto utilizado.

Los procedimientos en el consultorio dental utilizan agentes blanqueadores más fuertes o una fuente de luz para acelerar el proceso del blanqueamiento. Estos métodos producen un resultado más rápido, pero también son las opciones más costosas. Los productos que contienen más del 15% de peróxido deben utilizarse solamente en el consultorio dental donde puede haber un control del proceso.

La opción de blanqueamiento en su hogar generalmente tarda desde varios días hasta un par de semanas en completarse, lo cual produce una conversión más lenta y gradual. Para este método, su dentista tomará una impresión de su boca y creará un molde a la medida que contendrá la solución líquida para el blanqueado. Usted recibirá instrucciones sobre la manera correcta de colocar la solución en el molde y la cantidad de tiempo que deberá usarlo durante cada sesión de blanqueamiento. Usualmente, cada sesión dura solamente un par de horas.

## ¿Qué hay sobre los productos blanqueadores disponibles sin receta y las pastas dentales blanqueadoras?

Aunque existen varios productos blanqueadores disponibles sin receta que indican que pueden blanquear sus dientes, se recomienda completar el proceso de blanqueado bajo la supervisión de un dentista. En algunas instancias, el blanqueamiento no es recomendable y su dentista está capacitado para indicarle si sus dientes y encías están lo suficientemente saludables como para que el proceso de blanqueamiento sea seguro y eficaz. Además, como productos cosméticos, los agentes blanqueadores sin receta no son regulados, por lo tanto no son sometidos al mismo escrutinio gubernamental que los dispositivos médicos y los fármacos.

Si usted decide utilizar un producto blanqueador disponible sin receta, los grandes fabricantes de productos orales reconocidos tienen un buen historial en cuanto a seguridad y eficacia, aunque utilizan concentraciones más bajas de peróxido y tardarán más tiempo en lograr resultados que los productos que ofrece su dentista.

En los casos de sistemas blanqueadores disponibles sin receta que utilizan un molde para la solución líquida blanqueadora, a menudo el molde no queda tan ajustado como para mantener la solución en su lugar y prevenir que el líquido se derrame hacia las encías o que lo trague.

Las pastas dentales blanqueadoras generalmente utilizan abrasivos para mantener los dientes limpios y más blancos. Sin embargo, con el tiempo, el uso frecuente de abrasivos sobre el esmalte usualmente causa un desgaste excesivo de éste y menos brillo y lustre. Si utiliza estos productos, úselos con precaución.

Si una pasta dental blanqueadora contiene un ingrediente a base de peróxido para el blanqueamiento, el tiempo que la pasta dental hace contacto con los dientes usualmente es demasiado breve como para proveer un buen efecto blanqueador. Es probable que estos productos sean más eficaces para mantener el color blanco, una vez que haya logrado el blanqueamiento a través de algún método más eficaz.

Siempre consulte a su dentista antes de utilizar un producto sin receta para la salud oral. Su dentista podrá garantizar que el producto sea seguro y efectivo para su caso en particular.

## ¿Existen efectos secundarios del blanqueamiento?

Un efecto secundario bastante común es una leve sensibilidad en los dientes. Esto puede disminuirse con el uso de algún gel de fluoruro con un grado de concentración que requiere receta



médica, aunque no todo el mundo necesitará esto. En la mayoría de los casos, la sensibilidad dura solamente unos cuantos días. Su dentista le aconsejará sobre los pasos adecuados que deberá tomar si sus dientes se vuelven sensibles durante el proceso del blanqueamiento.

Además, la solución blanqueadora podría irritar sus encías, por lo tanto, asegúrese de limpiar el exceso de solución. Evite llenar demasiado el molde y utilice moldes hechos a la medida. Esto le ayudará a prevenir que el exceso de solución se derrame hacia las encías.

Para muchas personas, el blanqueamiento es un método muy efectivo para blanquear los dientes. Sin embargo, sus dientes y encías deben estar saludables antes de comenzar dicho proceso. ¡Consulte a su dentista de la Asociación Dental de California (CDA) para descubrir el método de blanqueamiento más eficaz para usted!