

# Recetas mágicas para tener unos dientes envidiables

Desde que nuestros hijos cumplan 6 años hay que llevarlos de manera obligatoria a un ortodoncista para que se cumpla la máxima de "más vale prevenir que curar". Los buenos profesionales detectan los problemas que puedan tener los niños y fijan un tratamiento para obtener el mejor resultado posible.



La mejor forma de lograr el mejor resultado de ortodoncia para nuestros hijos es tener en cuenta tres aspectos importantes:

- El tipo de alteración buco-dental que padece el paciente.
- Saber elegir el mejor momento para iniciar el tratamiento de ortodoncia.
- Escoger al profesional más indicado.

La Asociación Americana de Ortodoncia (AAO) aconseja realizar la primera visita de ortodoncia a la edad de 6 años porque existen "maloclusiones" (contacto irregular de los dientes que dificulta la acción de masticar) la cual se manifiestan a esa edad temprana, necesitando ser tratadas en las edades comprendidas entre los 6 y 8 años. Por ejemplo: compresiones severas del maxilar (maxilar hundido), mordidas cruzadas, asimetrías faciales, malos hábitos y dientes anteriores cruzados.

## FASES DEL TRATAMIENTO

Estos casos exigen un tratamiento precoz en una primera fase de ortodoncia que puede durar entre 12 y 18 meses, que consigue reconducir el centro facial y maxilar. Algunas personas se preguntarán: ¿Por qué a esta edad? Porque desde los 6 a los 8 años todas las fisuras craneales están abiertas permitiendo al ortodoncista realizar cambios en maxilar en los tres planos del espacio evitando futuras complicaciones como extracciones dentales por falta de espacio o actuaciones quirúrgicas maxilares. Una vez realizado el cambio total de los "dientes de leche" por los definitivos, podemos realizar la segunda fase del tratamiento, proceso que ocurre entre los 11 y los 13 años. En esta última fase se colocarán brackets o aparatos fijos durante 18 ó 20 meses para poder alinear y encajar todos los dientes para conseguir una masticación perfecta.

## BUEN DENTISTA, SINÓNIMO DE DIENTES SANOS

- Una de las claves para conseguir una boca sana es tener cuidado en la elección del profesional, uno que realice un buen diagnóstico y tratamiento de maloclusión.
- El ortodoncista es un profesional de la salud buco-dental, que está debidamente formado en el crecimiento y las alteraciones de los huesos del cráneo y cara, en la correcta colocación de los dientes al cerrar, capaz de reconocer la repercusión sobre los maxilares y los dientes de los malos hábitos, el chupete o el dedo o la deglución infantil.
- Está formado para realizar un buen diagnóstico a través de un exhaustivo estudio radiográfico digital, fotográfico y del análisis minucioso de los moldes de los dientes, con las mejores y últimas técnicas y procedimientos sin dañar las estructuras más próximas.



### LA OPINIÓN DEL ESPECIALISTA

DR. HUMBERTO BELLINI  
Odontólogo

"Acudir desde pequeño al ortodoncista y elegir al mejor profesional"

**¿Cuándo debemos llevar a nuestros hijos al ortodoncista?** No podemos descuidar la salud buco-dental de nuestros hijos. Es imprescindible que las visitas al ortodoncista formen parte de la agenda anual si no queremos lamentarlo más tarde. Entre los 6 y 7 años es la edad recomendada por los especialistas para comenzar a preocuparse por los dientes de los niños.

**¿Cuándo acudimos a un buen profesional tememos que se resienta nuestro bolsillo?** No hay motivo para preocuparse. Es algo que tenemos muy en cuenta, es por lo que al cliente se le dará el presupuesto por escrito del coste con las distintas formas de pago, con los compromisos de resultados y la duración máxima prevista.

# La atención psicológica en los trastornos de ansiedad en la Sanidad Pública

La sociedad actual nos exige vivir a una velocidad y con unos niveles de tensión que están generando diversos trastornos psicológicos, como ansiedad, estrés o alteraciones del sueño y de alimentación. El sistema sanitario invierte presupuestos altos en los tratamientos con psicofármacos y, a su vez, satura las unidades de salud mental para dar respuestas a los trastornos mencionados, ya que no hay personal preparado para afrontar los mismos en los centros de Atención Primaria.

El término estrés fue creado por Hans Selye, definiéndolo como el 'síndrome de la adaptación' fisiológica y psicoemocional que hacemos para adecuarnos a los cambios producidos en nuestro entorno. Desde la psicología se han estudiado estrategias de cómo facilitar que el organismo se equilibre y de cómo afrontar adecuadamente las situaciones amenazantes de la vida cotidiana. El National Safety Council de Estados Unidos calcula que el estrés laboral es la causa de que a diario un millón de americanos opten por la baja laboral, teniendo un coste de 150.000 millones de dólares al año. La manera de resolver esta situación es mediante cambios en la manera de experimentar las exigencias del ambiente que nos rodea y de nosotros mismos, a través de programas psicológicos de tratamiento grupal,



potenciando el aprendizaje de estas técnicas y habilidades necesarias a la hora de afrontar situaciones de estrés y tensión. Es por ello que la presencia del psicólogo es fundamental para atender esta problemática de salud que tanto nos está afectando. Igualmente importante es contar con profesionales preparados para atender

esta demanda en la Atención Primaria, antes de que deriven en patologías de salud física y mental, con el coste que suponen sus tratamientos. Destacar aquí la experiencia británica del programa NICE, que consideró necesaria la incorporación de 5.000 psicólogos en el sistema de Atención Primaria del Reino Unido.

## ACUDA A UN PROFESIONAL COLEGIADO

La importancia social de la salud favorece la proliferación de 'supuestos profesionales' que carecen de la formación adecuada y prometen una cura sin ningún tipo de garantía profesional y regulación legal. Hablando de salud, en términos psicológicos, desconfíe de títulos de carácter engañoso (medicina

alternativa, hipnoterapeuta...) y acuda a los profesionales psicólogos regulados por su Colegio Profesional, que velará por un ejercicio de calidad y profesionalidad. Por tanto, pida siempre al psicólogo que le atienda su título oficial y su número de colegiado.

**+** Gregorio Rodríguez centro ortopédico  
www.grortopedia.es

NUEVAS INSTALACIONES EN LAS PALMAS DE GRAN CANARIA

C/. Más de Gaminde, 20  
Tel.: 928 22 88 94  
Tel/fax: 928 29 13 79

Gáldar C/. Algirofe, 27 (esq. Benartemi) Tel/fax: 928 88 36 22