GIRONA NOTICIES.COM
+ Periodisme

MYCA aconseja sobre cómo prevenir las caries

Actualidad Empresarial | 10/06/2023 | 00:00

Las caries representan uno de los problemas más comunes en la salud bucodental. Sin embargo, al mismo tiempo, es una de las afecciones dentales menos controladas, lo cual se debe, en gran medida, al desconocimiento de los pacientes, quienes no saben cómo prevenir las caries.

Existen varios factores relacionados con su aparición, desde los rasgos genéticos del paciente hasta sus hábitos de salud y alimentación, los cuales es importante conocer para poder evitar el surgimiento de estos problemas dentales. Así lo recalca MYCA, un centro especializado en la salud bucodental.

Los factores que potencian el surgimiento de las caries

Existen varios factores que pueden favorecer la aparición de las caries. Algunos de ellos tienen relación con la genética de los pacientes. De hecho, un estudio realizado con 62.000 participantes de diferentes países, como Suecia, Japón, Alemania y Estados Unidos, identificó hasta 47 genes que pueden tener relación con la predisposición a las caries. Sin embargo, las causas detrás de esta patología van más allá de la disposición genética y abarcan elementos como la alimentación y el estilo de vida.

Los alimentos ricos en azúcares y carbohidratos favorecen el surgimiento de esta afección, especialmente cuando se los ingiere entre las comidas principales. Este tipo de alimentos facilita la liberación de ciertos ácidos en la cavidad bucal, los cuales desmineralizan la dentina y el esmalte, erosionando las piezas dentales y favoreciendo la formación de caries. Asimismo, el consumo de café y tabaco tiene un efecto similar, que contribuye al deterioro dental. Además, en muchos casos, estos factores se ven agudizados por una deficiente higiene oral, una situación que favorece la formación de placa bacteriana sobre la superficie de los dientes, y el consecuente surgimiento de las caries.

¿Cómo prevenir el surgimiento de las caries?

Si bien algunas personas pueden tener cierta predisposición genética a desarrollar esta patología, prevenir el surgimiento de caries es algo al alcance de cualquier persona y requiere de ciertos hábitos saludables y una adecuada higiene bucal. Uno de los más importantes es mantener una buena alimentación, con menos golosinas, refrescos y demás alimentos saturados de azúcar o bien sustituyéndolos por alimentos elaborados con edulcorantes menos dañinos para los dientes. También es importante llevar una buena rutina de higiene oral, con utensilios adecuados y, de preferencia, un dentífrico elaborado con flúor, un componente altamente eficaz

para prevenir las caries.

Por otro lado, es importante realizar consultas al menos una o dos veces al año con un especialista en salud dental, como los profesionales de MYCA. Esta clínica dental en Madrid se caracteriza por la calidad de su trabajo, tanto a nivel profesional como humano, así como por su equipo de especialistas altamente cualificados y en constante formación. Además, cuenta con equipos de última tecnología, junto con las técnicas más actualizadas en las diferentes áreas odontológicas. Esto les permite ofrecer diagnósticos precisos para cada paciente, junto con tratamientos integrales que les ayudan a recuperar su calidad de vida.

Autor: Redacció

https://gironanoticies.com/empresarial/208228-myca-aconseja-sobre-como-prevenir-las-caries.htm