



## **Dientes sensibles**

### Las causas y los tratamientos

Si probar un helado o tomar un traguito de café es en ocasiones doloroso o si al cepillarse los dientes o usar el hilo dental hace una mueca de dolor a veces, usted puede tener un problema común conocido como “dientes sensibles”. Entre las causas se incluyen las caries dentales, los dientes agrietados, el esmalte dental desgastado, las obturaciones desgastadas y las raíces de los dientes expuestas como resultado de un cepillado muy enérgico de los dientes, la recesión de las encías y la enfermedad periodontal (de las encías).

### **LOS SÍNTOMAS DE LOS DIENTES SENSIBLES**

Una capa de esmalte, la sustancia más fuerte del cuerpo, protege la corona de los dientes saludables. Una capa llamada cemento protege las raíces de los dientes debajo de la línea de las encías. Debajo del esmalte y del cemento está la dentina, una parte del diente que es menos densa que el esmalte o el cemento.

La dentina contiene túbulos microscópicos (pequeños tubos o canales huecos). Cuando la dentina pierde su capa protectora, los túbulos permiten que el calor y el frío o los alimentos acídicos o pegajosos estimulen los nervios y las células que están dentro del diente. Esto puede causar hipersensibilidad y malestar ocasional cuando usted muerde, bebe líquidos fríos o calientes, o cuando respira por la boca.

Tener una higiene dental apropiada es un paso importante en la prevención de la caries dental, la enfermedad periodontal y el dolor de los dientes sensibles. Si se cepilla los dientes incorrectamente o muy enérgicamente, puede lesionar las encías y exponer las raíces de los dientes.

La enfermedad periodontal —una infección de las encías y del hueso que le dan soporte a los dientes— también puede ser responsable. Si no se le da tratamiento a la enfermedad periodontal, las encías pueden separarse de los dientes y formar espacios llamados bolsas que proveen un hogar para las bacterias. La enfermedad periodontal puede progresar hasta que el hueso y las otras estructuras de soporte de los dientes se destruyen y dejan las superficies de las raíces de los dientes expuestas. Los chequeos dentales regulares son importantes para que las caries dentales, la enfermedad periodontal y otros problemas puedan ser detectados y tratados en sus comienzos.

### **TRATAMIENTO**

Los dientes sensibles pueden ser tratados. Dependiendo de la causa, su dentista puede que le sugiera que pruebe una pasta dental desensibilizadora, que contiene compuestos que ayudan a bloquear la sensación que va desde la superficie del diente hasta el nervio. Se necesitan varias aplicaciones de pasta dental



American Dental Association  
www.ada.org

desensibilizadora antes de que se reduzca la sensibilidad. Cuando escoja la pasta dental o cualquier otro producto de cuidado oral, busque aquellos que despliegan el Sello de Aceptación (Seal of Acceptance) de la Asociación Dental Americana – su garantía de que los productos han cumplido con los criterios de la ADA de seguridad y eficacia.

Si la pasta dental desensibilizadora no alivia su malestar, su dentista puede que le sugiera tratamientos en el consultorio. Se puede aplicar un gel de fluoruro o unos agentes desensibilizadores especiales en las áreas sensibles de los dientes afectados. Cuando estas medidas no corrigen el problema, su dentista puede recomendar otros tratamientos como una obturación, una corona una incrustación o la adhesión de resinas compuestas para corregir el defecto o la caries que causa la sensibilidad. El tipo de tratamiento dependerá de la causa de la sensibilidad.

Si el tejido de las encías se ha perdido en la raíz (recesión de las encías), su dentista puede que le recomiende un injerto de encía para cubrir la raíz, proteger el diente y reducir la sensibilidad. En los casos en que la hipersensibilidad es severa y persistente y no se puede tratar de ninguna otra manera, su dentista puede que le recomiende el tratamiento de endodoncia (de canales radiculares) para eliminar el problema.

Nota del editor: Esta es una versión revisada y actualizada del artículo “Para el paciente dental” que apareció en la ejemplar de junio del 2003 de *JADA* (134:787). Se notifica a los lectores que hayan copiado esa versión anterior para distribuirla a los pacientes, que descarten esas copias y reproduzcan esta versión en su lugar.

Preparado por la División de Comunicaciones de la ADA, en colaboración con *The Journal of the American Dental Association*. Al contrario de otras partes de *JADA*, esta página puede ser cortada, copiada y repartida a los pacientes sin obtener antes el permiso de reproducción de *ADA Publishing Division*. Cualquier otro uso, copias o distribución, sea en forma impresa o electrónica, está estrictamente prohibido sin el consentimiento previo por escrito de *ADA Publishing Division*.

“Para el Paciente Dental” provee información general acerca de los tratamientos dentales para los pacientes dentales. Está diseñada para promover la discusión entre el dentista y el paciente acerca de las opciones de tratamiento y no sustituye la evaluación profesional del dentista basada en las necesidades y los deseos del paciente individual.

*JADA*, Vol. 134, diciembre 2003

Derechos del Autor © 1998-2001 *American Dental Association*. Todos los derechos reservados.