

Prepárese para lucir una sonrisa hermosa: lo que necesita saber sobre la ortodoncia.

**P****¿Qué es la ortodoncia?****R**

La ortodoncia es la corrección de problemas relacionados con la alineación de los dientes, la mordida y la mandíbula. El término técnico para estos problemas es “maloclusión”. Los dentistas que se convierten en ortodontistas deben completar una residencia en ortodoncia de dos a tres años después de la escuela de odontología. Esta educación adicional hace que el dentista sea un especialista en el movimiento de los dientes y la alineación de la mandíbula¹.

P**¿Cuál es la causa de los problemas de ortodoncia?****R**

Muchas maloclusiones son hereditarias, lo que significa que la genética tiene un papel clave en su desarrollo. Los problemas hereditarios incluyen el apiñamiento de los dientes, demasiado espacio entre los dientes, dientes adicionales o faltantes o la alineación incorrecta de los dientes entre sí². Los problemas de ortodoncia también pueden surgir por traumatismos (accidentes); succión del pulgar, el dedo o el chupete; enfermedades dentales; pérdida temprana o tardía de los dientes de leche, entre otras causas².

P**¿Es importante el tratamiento de ortodoncia?****R**

El tratamiento de ortodoncia ayuda a que los dientes se alineen correctamente y a mejorar la oclusión; los dientes torcidos y apiñados son difíciles de limpiar. Estos problemas pueden contribuir a futuras enfermedades dentales, como caries o enfermedades periodontales. Los problemas de ortodoncia también pueden contribuir al desgaste anormal de las superficies dentales, a una masticación deficiente o a la desalineación de las articulaciones de la mandíbula. Si no se tratan, muchos problemas de ortodoncia pueden empeorar².

P**¿A qué edad se puede realizar un tratamiento de ortodoncia?****R**

Los niños y los adultos pueden beneficiarse de la ortodoncia, los dientes sanos se pueden mover a cualquier edad². Dado que monitorear el crecimiento y el desarrollo es crucial para tratar algunos problemas de ortodoncia, la Asociación Estadounidense de Ortodoncia (American Association of Orthodontics) recomienda que todos los niños se sometan a un examen de ortodoncia a más tardar a los 7 años². Algunos problemas pueden ser más fáciles de corregir si se tratan a tiempo. Esperar hasta que hayan salido todos los dientes permanentes no permite que el ortodontista recomiende el tratamiento adecuado en el momento oportuno, aprovechando el crecimiento natural para ayudar a alinear los dientes². Se recomienda una evaluación de ortodoncia a cualquier edad si un paciente/padre, dentista familiar o el médico del paciente ha notado un problema.

P	¿Cómo se realiza el tratamiento?
R	El ortodoncista recomendará la mejor opción, según el problema y las preferencias de los pacientes ³ . El tratamiento generalmente consiste en aparatos fijos o extraíbles hechos a medida que aplican una presión suave para mover los dientes a la posición correcta, corrigiendo la mordida (oclusión) y la alineación de los dientes ³ . La ortodoncia tradicional (aparatos fijos) generalmente consiste en pequeños brackets cementados a los dientes, conectados por un alambre, que el equipo odontológico ajusta periódicamente ³ . Los brackets pueden ser metálicos, del color de los dientes o incluso transparentes. Otros aparatos de ortodoncia (como los retenedores) utilizan fuerzas cuidadosamente dirigidas para guiar las correcciones ³ .
P	¿Cómo se siente usar ortodoncia?
R	Muchas personas sienten cierta molestia después de que se colocan la ortodoncia por primera vez o cuando se realizan ajustes durante el tratamiento; las mejillas, los labios y la lengua del paciente también pueden irritarse. El ortodoncista puede recomendar analgésicos de venta libre (como acetaminofén, ibuprofeno o naproxeno) ⁴ . En general, las molestias de ortodoncia son de corta duración y se controlan fácilmente.
P	¿Los dientes con ortodoncia necesitan cuidados especiales?
R	El ortodoncista y el equipo odontológico enseñarán al paciente cómo cuidar mejor los dientes, las encías y la ortodoncia durante el tratamiento. Se pueden dar instrucciones sobre cómo cepillarse los dientes y usar hilo dental, así como consejos sobre cómo comer ciertos alimentos (como cortar una manzana, en lugar de morderla). Mantener limpios los dientes y la ortodoncia requiere más precisión y tiempo que la limpieza normal, es importante mantener una excelente salud bucal durante el tratamiento. Los pacientes con ortodoncia deben tener cuidado de evitar los alimentos duros y pegajosos, y no masticar bolígrafos, lápices ni las uñas porque masticar cosas duras puede dañar la ortodoncia. Si practica deportes de contacto, su ortodoncista puede recomendarle un protector bucal especial para proteger la ortodoncia, los labios, la lengua y los dientes.
P	¿Cuánto tiempo dura el tratamiento de ortodoncia?
R	El tratamiento de ortodoncia generalmente puede durar de uno a tres años, con un promedio de poco menos de dos años. Cuando finaliza el tratamiento "activo", la mayoría de los pacientes deben usar retenedores para mantener los dientes en sus nuevas posiciones ³ .

Hable con su dentista sobre sus preguntas e inquietudes sobre el tratamiento de ortodoncia.

1. Asociación Estadounidense de Ortodoncia (American Association of Orthodontists), "What is an Orthodontist and Dentofacial Orthopedist" (Qué es un ortodoncista y ortopedista dentofacial), <https://www.aaoinfo.org/blog/what-is-an-orthodontist-and-dentofacial-orthopedist>, consultado en junio de 2024.
2. Asociación Estadounidense de Ortodoncia (American Association of Orthodontists), "All About Orthodontics" (Todo sobre la ortodoncia), https://www.aaoinfo.org/wp-content/uploads/2018/07/All_About_Orthodontics-15-cons-hl.pdf, consultado en junio de 2024.
3. Mouth Healthy, Asociación Odontológica Estadounidense (American Dental Association), "Braces" (Ortodoncia), <https://www.mouthhealthy.org/en/az-topics/b/braces>, consultado en junio de 2024.
4. La Fundación Nemours (Nemours Foundation), "Life with Braces" (La vida con ortodoncia), http://kidshealth.org/kid/grow/body_stuff/braces.html#, consultado en junio de 2024.

Este folleto se ofrece para su conocimiento general. Esta información se ofrece para su conocimiento general únicamente y no reemplaza la obtención de asesoramiento médico o dental para afecciones médicas o dentales específicas, u otro tipo de asesoramiento de sus dentistas o médicos. Al poner esta información a su disposición, Metropolitan Life Insurance Company y sus filiales (en conjunto, "MetLife") no participan en la prestación de dicho asesoramiento. Si la información proporcionada es de terceros, no tiene ningún tipo de asociación con MetLife, a menos que se indique expresamente lo contrario.