

SALUD

**MENTE CUERPO
Y UNA SONRISA**

Febrero 2024

ODONTOLOGÍA

¿LOS
IMPLANTES
DENTALES
DUELEN?

PREVENCIÓN Y SALUD

BEBIDAS
SALUDABLES
PARA
NIÑOS

✓ Líneas de emergencia

¿LOS IMPLANTES DENTALES DUELEN?

Dr. Óscar Paredes

Cirujano-Dentista. Universidad Cayetano Heredia

Magíster en Educación e Investigación Dental

Atención dental en consultorio y a domicilio

📞 998 166 958



Es lo primero que nos preguntamos, ¿verdad? **La respuesta es no.**

El hueso no duele, pues no cuenta con nervios sensitivos, a diferencia de la encía, la que obviamente debe ser anestesiada.



Los implantes después de 45 años en el mundo y 30 en el Perú se han vuelto una práctica común.

Las prótesis removibles (con ganchos), aunque llegaron a ser muy populares, ya no son tan frecuentes.



Particularmente, no pretendo resolver todo con implantes, pero es evidente que la demanda por implantes está alcanzando a la de puentes, y en el futuro los puentes serán menos frecuentes que los implantes, al igual que sucedió con las prótesis removibles y totales.

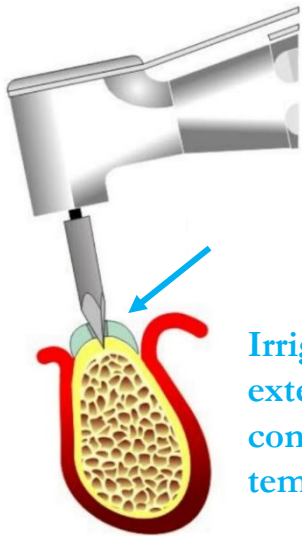
Es importante contar entonces con todo el equipo (motor, llaves, fresas) y el entrenamiento necesario para colocar implantes.

Y en ello remarco la necesidad de usar fresas (duales) con refrigeración (dual) interna y externa que aseguran una integración del 100% al hueso.

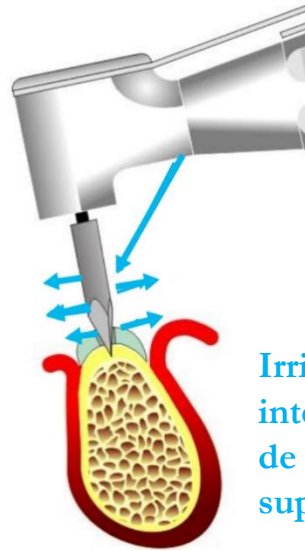
Las fresas con solo refrigeración externa (muy comunes en nuestro medio) tienen el inconveniente de que cuanto más milímetros se profundiza en el hueso, menos lo refrigeran.



Las posibilidades en implantes son variadas, desde un solo implante-corona; un puente de 3 o 4 piezas (2 implantes y 4 coronas); y en fijación de prótesis totales y removibles para prescindir de adhesivos como Corega o Novafix Forte.



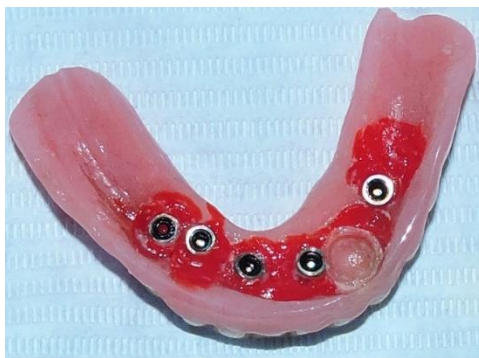
Irrigación solo externa que no controla la temperatura.



Irrigación interna y externa de fresa muy superior.

Si la temperatura supera los 40 grados Celsius puede no conseguirse que el 100% de la superficie del implante se integre al hueso, disminuyendo la vida útil del mismo o promoviendo una periimplantitis (reabsorción de hueso alrededor del implante).

Por ello, en mi práctica solo uso fresas con refrigeración dual. Ello también asegura menos inflamación y cero dolor.



Prótesis total inferior sobre cuatro implantes.

BEBIDAS SALUDABLES PARA LOS MÁS PEQUEÑOS

En esta verano es importante hidratarnos y estar atentos a cualquier síntoma relacionado con la pérdida de agua y minerales (como mareos, náuseas, dolor de cabeza, sed).

La falta de una adecuada cultura alimenticia lleva a que en muchas familias se dé a los niños bebidas gaseosas, productos azucarados o jugos procesados para calmar su sed, en lugar de agua o bebidas naturales a base de frutas.

De acuerdo a EsSalud, en el caso de los niños menores de diez años, estos no deben consumir bebidas hidratantes para deportistas.

Las bebidas naturales a base de frutas y hierbas pueden durar tres días si se refrigeran. También es posible macerarlas de un día a otro para que la bebida tome todo el sabor de las frutas.

Qué preparar

Estas son algunas opciones que puede dar a los más pequeños.

- Agua de jamaica con trozos de uva y manzana.
- Agua de sandía con limón, menta y hielo.
- Agua de uva y aloe vera.
- Agua de limón, menta y hierbaluisa.
- Agua de coco con trozos de piña.
- Bebida de granada, fresas, cerezas.
- Agua de manzana, uva, piña, naranja, fresas y mango.

Fuente: EsSalud.

En el siguiente video de EsSalud podrá conocer más sobre estas bebidas saludables, de agradable sabor y nutritivas.



Fuente: EsSalud.

TENGAMOS CUIDADO FRENTE AL DENGUE

El dengue es una enfermedad viral transmitida por el zancudo Aedes, el cual se reproduce en aguas estancadas. Este zancudo mide cerca de 5 mm, es de color negro y luce manchas blancas en su dorso.

Recomendaciones

- Use repelentes, ropa larga y mosquiteros.
- Evite acumular agua dentro del hogar, en patios o en jardines.
- Evite el uso de objetos que puedan acumular agua (botellas, floreros, etc.).
- Tape bien los recipientes en los que almacene agua.
- Limpie los recipientes en los que almacena el agua.
- Cambie frecuentemente el agua de sus mascotas.
- Use arena húmeda en lugar de agua para sus floreros.

Preguntas frecuentes

Pulse en esta imagen para más información.



Síntomas

- Fiebre alta (38-39 °C).
- Dolor de cabeza y de ojos.
- Sarpullido.
- Dolor muscular y articular.

Síntomas de alarma

- Dolor abdominal.
- Vómito persistente.
- Sangrado de mucosas, nariz y encías.
- Somnolencia, irritabilidad y decaimiento.

En caso de detectar estos síntomas es importante hidratar al afectado y dirigirse al centro de salud más cercano.

En el siguiente video del Minsa encontrará consejos prácticos.



Fuente: Minsa.

LÍNEAS DE EMERGENCIA



Bomberos del Perú

116



Atención médica de
emergencia (SAMU)

106



Defensa civil

115



Policía nacional

105



Policía de carreteras

110



Violencia familiar
y sexual

100



Minsa

113



Personas con síntomas
de coronavirus

117