



El resultado del blanqueamiento dental depende de cada paciente por lo que es importante junto con nuestros profesionales determinar sus expectativas de blanqueamiento y los resultados que se pueden llegar a obtener.

Aunque los resultados del blanqueamiento dependen de las características individuales de cada persona, así como del tiempo y la frecuencia con que se blanquean los dientes, en la mayoría de los tratamientos de blanqueamiento dental los resultados se notan en unos días. Con el blanqueamiento dental se puede lograr una sonrisa blanca, sin embargo la rapidez con que se consigue depende del grado de oscurecimiento de los dientes, de cuándo se inicia el tratamiento y de las condiciones genéticas individuales. En los casos en que queremos blanquear dientes con tonos muy oscuros, puede ser necesario hacer el blanqueamiento durante más tiempo y varias veces para conseguir el mismo resultado.

Normalmente con el blanqueamiento dental se obtienen buenos resultados en casi todos los dientes excepto aquellos con tinciones por tetraciclinas, aunque es difícil realizar un pronóstico sobre el color final del diente después del blanqueamiento.

Consideraciones durante el blanqueamiento dental

Durante el blanqueamiento dental debe seguir las siguientes instrucciones:

- Durante el blanqueamiento dental y en la fase inmediata al acabar el blanqueamiento, los dientes son ligeramente más susceptibles de captar pigmentos externos.
- No consumir alimentos ni bebidas con colores oscuros durante las primeras horas después de hacerse una sesión de blanqueamiento con férulas. Como por ejemplo: **Té, Café, cola, curry, arándanos, salsa de soja, remolachas, espinacas, vino tinto, enjuagues con colutorios a base de clorhexidina...** Se puede beber café e ingerir alimentos de color fuerte durante el tiempo de tratamiento, pero se obtienen resultados más rápidos y mejores si se evitan bebidas y alimentos con colorantes fuertes. También es aconsejable evitar alimentos y bebidas con colorantes fuertes hasta 2 días después de finalizar el tratamiento.
- **No fumar** durante las primeras 24 horas.
- Evitar alimentos o bebidas heladas o ácidas porque pueden provocar una mayor sensibilidad, **(piña, kiwi, cítricos)**.
- Antes de colocarse las férulas de blanqueamiento dental debe cepillarse adecuadamente los dientes. Después coloque una gota de gel blanqueador en la huella de cada diente, como se le ha indicado en nuestra clínica dental, y lleve la cubeta a la boca. Mantenga la cubeta o férula de blanqueamiento en la boca durante el tiempo indicado o durante toda la noche.
- Si se le agota el gel y aún desea seguir blanqueando los dientes puede solicitar una jeringa de reposición.
- Es importante saber que **la duración del blanqueamiento domiciliario con férulas es muy variable** al depender de las expectativas del paciente y de la concentración de producto que se emplee en la fase domiciliaria. Habitualmente suelen ser necesarias de dos a tres semanas.

Instrucciones prácticas del blanqueamiento dental en casa

Para el blanqueamiento dental en casa con férulas debe tener en consideración las siguientes instrucciones recomendadas:

- Si tiene sensibilidad dental puede usar un desensibilizante sobre la cara externa de los dientes en la férula en forma de puntos durante media hora, media hora antes de aplicar el agente blanqueador.
- Usar el agente blanqueador únicamente sobre la cara externa o visible de los dientes en la férula en forma de puntos durante el tiempo indicado o por las noches.
- Si nota sensibilidad repita el procedimiento con el desensibilizante y continúe con el blanqueamiento dental.
- Si persiste la sensibilidad detenga el tratamiento por 1 o 2 días.
- Transcurridas dos semanas aproximadamente valoraremos el color obtenido, si está satisfecho, detenga el tratamiento, si desea continuar para tener los dientes más blancos puede prolongar una semana más bajo control de nuestros dentistas.
- Para más rápidos y mejores resultados evitar en lo posible alimentos pigmentantes o ácidos y el consumo de tabaco durante 15 días.

Limitaciones del blanqueamiento dental

Las principales limitaciones del blanqueamiento dental son:

- Los dientes se pueden blanquear entre **2 a 4 tonos** de la escala cromática, pero lo hacen de una manera homogénea, por lo que las bandas o vetas más oscuras, aunque resulten aclaradas, no desaparecen. Esto ocurre en casos de tinción por tetraciclinas.
- No es posible un blanqueamiento dental ilimitado: una vez alcanzado un cierto punto de blanqueamiento, el gel ya no tiene efecto.
- También es importante saber que el efecto blanqueador **no es indefinido**: un tiempo después de haber terminado el blanqueamiento dental ocurre una ligera recidiva del antiguo color. Este oscurecimiento normal de un tono después de terminar el blanqueamiento, se puede corregir repitiendo una sesión de gel blanqueador cuando observe el oscurecimiento, y puede prevenirse notablemente con una sesión mensual de blanqueamiento dental como mantenimiento.
- El efecto blanqueador del gel de peróxido de hidrógeno o de peróxido de carbamida requiere cierto tiempo de actuación para blanquear los dientes, generalmente en algunas semanas se obtienen excelentes resultados. Tenga en cuenta que la acción del gel blanqueador **no se acelera con poner mayor cantidad de gel** en las cubetas. Es preferible poner menos cantidad de gel y aplicarlo más veces.
- Recuerde que el **gel se inactiva con la saliva**, por lo que si se filtra algo de saliva dentro de la férula cuando la tiene colocada irá perdiendo efectividad. Por tanto, no mastique con ella o intente hablar lo menos posible cuando la tenga colocada.