

# **El Centre Dental Francesc Macià explica la importancia de una revisión dental después de las vacaciones de verano**

## **Durante las vacaciones, es común que se altere la rutina diaria, y esto incluye la rutina de higiene bucal**

Según el Centre Dental Francesc Macià, con sedes en Sant Cugat del Vallès y Pallejà, las vacaciones de verano son una época de descanso y desconexión, pero también pueden ser un periodo en el que se descuida la rutina de cuidado bucodental. El cambio de hábitos, la indulgencia en alimentos y bebidas azucaradas, y la relajación en las rutinas diarias pueden tener un impacto negativo en la salud oral. Es por ello que realizar una revisión dental después de las vacaciones de verano es fundamental para asegurar que la salud bucodental esté en las mejores condiciones.

### Es importante una revisión dental post-vacaciones

Cambios en la rutina de higiene bucal. Durante las vacaciones, es común que se altere la rutina diaria, y esto incluye la rutina de higiene bucal. El cambio de horarios, las comidas fuera de casa y la relajación general en la disciplina pueden llevar a un cepillado menos frecuente o menos efectivo. Esto puede resultar en la acumulación de placa, la aparición de caries, y el empeoramiento de problemas preexistentes como los dientes torcidos o la gingivitis.

Consumo de alimentos y bebidas azucaradas. Las vacaciones suelen estar acompañadas de una mayor ingesta de alimentos y bebidas azucaradas, como helados, refrescos y cócteles. El azúcar es uno de los principales responsables de la formación de caries, ya que las bacterias en la boca lo metabolizan para producir ácidos que desmineralizan el esmalte dental. Además, las bebidas alcohólicas y los refrescos pueden causar deshidratación y disminuir la producción de saliva, lo que aumenta el riesgo de caries y otros problemas dentales.

Aumento en la frecuencia de comidas. Otro cambio típico durante las vacaciones es el aumento en la frecuencia de las comidas, con frecuentes snacks y tentempiés entre comidas. Este aumento en la frecuencia de la ingesta de alimentos significa más oportunidades para que los ácidos produzcan caries. La ausencia de cepillado después de cada comida y la exposición continua al ácido pueden llevar al desarrollo de caries y la erosión del esmalte.

Actividades al aire libre y riesgo de lesiones. Las vacaciones también suelen ser un momento para participar en actividades al aire libre y deportes, lo que aumenta el riesgo de lesiones dentales. Golpes en la boca, caídas o accidentes deportivos pueden resultar en dientes astillados, fracturados o incluso perdidos. La revisión dental post-vacaciones es crucial para detectar y tratar a tiempo cualquier daño causado durante este periodo.

¿Qué incluye una revisión dental después de las vacaciones?

Evaluación del estado de los dientes y encías. Una revisión dental exhaustiva incluye una evaluación del estado de los dientes y las encías. La finalidad es encontrar signos de caries, acumulación de placa, gingivitis y otros problemas que pueden haber surgido o empeorado durante las vacaciones. Es especialmente importante para quienes tienen dientes torcidos, ya que estas malposiciones pueden dificultar una limpieza adecuada y aumentar el riesgo de problemas dentales.

Limpieza dental profesional. Una limpieza dental profesional es una parte esencial de la revisión post-vacaciones. Esta limpieza elimina la placa y el sarro acumulados en áreas de difícil acceso durante el cepillado regular. Además, el dentista del Centre Dental Francesc Macià pulirá los dientes para dejarlos libres de manchas y más resistentes a la acumulación de placa en el futuro.

Revisión de tratamientos previos. Si se tienen tratamientos dentales en curso, como una ortodoncia para corregir dientes torcidos, es fundamental revisar su estado después de las vacaciones. El dentista verificará que los brackets, alineadores o retenedores estén en buen estado y funcionando correctamente. Si se ha producido algún daño o si el tratamiento no ha avanzado como se esperaba, se pueden hacer ajustes necesarios.

Educación y recomendaciones personalizadas. Después de la revisión, los profesionales del Centre Dental Francesc Macià proporcionan recomendaciones personalizadas para mejorar o mantener la salud bucodental. Esto puede incluir consejos sobre técnicas de cepillado, uso de hilo dental, y la elección de productos como enjuagues bucales o pastas dentales. Si se han detectado problemas, se recomendarán tratamientos específicos o visitas de seguimiento.

Tratamientos dentales largos. Los tratamientos dentales largos, como los de ortodoncia, requieren un compromiso constante y seguimiento regular para asegurar su éxito. Las revisiones dentales post-vacaciones son fundamentales para mantener estos tratamientos en curso, ya que cualquier interrupción o descuido puede afectar negativamente el progreso. Durante estas revisiones, el dentista puede ajustar los aparatos ortodónticos, verificar la alineación de los dientes y asegurarse de que no haya complicaciones. Ignorar estas revisiones puede prolongar el tiempo del tratamiento e incluso comprometer los resultados finales.

Las vacaciones de verano son un momento para disfrutar y relajarse, pero no se debe olvidar el cuidado de la salud bucodental. Realizar una revisión dental después de las vacaciones es una medida preventiva que asegura que la boca esté en las mejores condiciones y que cualquier problema sea detectado y tratado a tiempo.

No hay que subestimar la importancia de esta visita; la salud bucodental lo agradecerá a largo plazo.

**Datos de contacto:**

Oriol Marquès  
edeon  
931929647

Nota de prensa publicada en: [Sant Cugat del Vallès](#)

Categorías: [Cataluña](#) [Otros Servicios](#) [Odontología](#)

---

**NotasdePrensa**

<https://www.notasdeprensa.es>