Publicado en Madrid el 22/03/2024

# [Equipo de la Torre explica cinco consejos para superar el miedo a acudir al dentista](http://www.notasdeprensa.es)

## La Unidad Avanzada de Salud Bucodental Equipo de la Torre se compromete con la salud de todos y ayuda a tomar la decisión de acudir al dentista

 Desde el compromiso de la  Unidad Buco Dental de Equipo de la Torre con la salud bucodental y el bienestar de sus pacientes, ofrecen estos consejos útiles para superar el miedo al dentista y destacar los beneficios de la Sedación Consciente como opción para aquellos que enfrentan ansiedad dental. El miedo al dentista, conocido como odontofobia, es una experiencia común que puede afectar a personas de todas las edades. Este temor puede derivar de experiencias pasadas traumáticas, miedo a sentir dolor o simplemente la ansiedad ante lo desconocido. Sin embargo, es importante destacar que existen estrategias efectivas para superar este miedo y garantizar una visita al dentista más tranquila y placentera. Consejos para Superar el Miedo al Dentista: Comunicación abierta: mantener una comunicación abierta con el dentista sobre tus temores y preocupaciones es fundamental. Los profesionales de la salud dental están capacitados para entender y tranquilizar a los pacientes ansiosos. Visitas de conocimiento: realizar visitas previas a la clínica dental para conocer al equipo y familiarizarse con el entorno puede reducir la ansiedad antes de la cita principal. Relajación y respiración: practicar técnicas de relajación y respiración profunda puede ayudar a calmar los nervios antes y durante el tratamiento dental. Establecer señales de parada: acordar con el dentista señales de parada, como levantar la mano, para tomar pausas durante el tratamiento si es necesario. Explorar opciones de sedación: considerar la Sedación Consciente como una opción para aquellos con niveles elevados de ansiedad dental. Beneficios de la Sedación Consciente: La Sedación Consciente es un procedimiento seguro y efectivo que ayuda a los pacientes a sentirse relajados y cómodos durante los tratamientos dentales. Algunos de sus beneficios incluyen: Reducción de la ansiedad: la sedación ayuda a reducir la ansiedad y el miedo asociados con las visitas al dentista, lo que permite a los pacientes recibir el tratamiento necesario sin sentirse estresados o incómodos. Mayor Comodidad: los pacientes experimentan una mayor comodidad física y emocional durante el procedimiento dental, lo que contribuye a una experiencia más positiva en general. Control del dolor: la sedación consciente se combina con anestesia local para garantizar que los pacientes no sientan dolor durante el tratamiento dental. Facilitación de tratamientos complejos: para aquellos que necesitan tratamientos dentales más extensos o complejos, la sedación consciente puede facilitar la realización de procedimientos largos y reducir la necesidad de múltiples visitas. Equipo de la Torre comprende la importancia de abordar el miedo al dentista y ofrecer soluciones que se adapten a las necesidades individuales de cada paciente. Este equipo está capacitado en el uso de la Sedación Consciente y se compromete a brindar una experiencia dental segura, cómoda y libre de estrés. Es posible obtener más información poniéndose en contacto con Equipo de la Torre UASB a través sus números de teléfono y correos de contacto. Ellos cuidan de la salud bucodental y harán que la visita al dentista sea una experiencia positiva.

**Datos de contacto:**

Ana Dominguez

Equipo de la Torre

915559332

Nota de prensa publicada en: [https://www.notasdeprensa.es/equipo-de-la-torre-explica-cinco-consejos-para\_1](http://www.notasdeprensa.es/educalivecom-disfruta-de-cursos-presenciales-y-clases-particulares-a-traves-de-internet)

Categorias: Madrid Odontología Bienestar



[**http://www.notasdeprensa.es**](http://www.notasdeprensa.es)