



Limpieza dental

¿Cada cuánto?

Programar la limpieza dental cada 6 o 12 meses o realizarla cuando el dentista o el paciente lo solicitan, da los mismos resultados.

La acumulación de sarro o placa bacteriana en los dientes acaba dañando las encías. Esto ocasiona su inflamación (gingivitis) o infección (periodontitis) y, a la larga, si no se trata, la caída de los dientes. Para evitarlo es necesario cepillarse los dientes a diario. Además, de forma complementaria, podemos ponernos en manos de profesionales para que nos realicen un raspado o pulido dental. Pero, para quienes no tienen una enfermedad periodontal previa, ¿qué es lo mejor? ¿Es preferible agendar esta limpieza o higiene dental de forma periódica, cada 6 o 12 meses, o hacerla de forma puntual, a petición del paciente o del dentista?

Limpieza sí, pero da igual si se programa o no. Para responder, Cochrane revisó dos ensayos clínicos británicos, con 1.711 participantes. En ambos, al cabo de 2 y 3 años, se comprobó la salud dental de personas que acudían regularmente (a los 6 y 12 meses) a una limpieza dental frente a las que no tuvieron citas programadas. No se encontraron diferencias en cuanto a la prevención de la gingivitis, la formación de bolsas periodontales ni la formación de placa. Si acaso, algo menos de sarro en quienes acudían a las limpiezas regulares, pero era una diferencia poco relevante.

Nivel de evidencia: alto. La evidencia es alta para los resultados relacionados con la prevención de la gingivitis, la formación de bolsas periodontales y la formación de sarro. No obstante, es baja en cuanto a la formación de placa.



Información extraída de Cochrane y adaptada por OCU. La finalidad de Cochrane es revisar y sintetizar la investigación científica, para que pacientes y profesionales tomen decisiones basadas en información fiable. Texto completo en: doi.org/10.1002/14651858.CD004625.pub5 Más en: es.cochrane.org/es/divulgación/cochrane-responde