

TENDENCIAS

Estas son las razones por las que tus dientes están amarillos. Te ayudamos a evitarlo (sin photoshop)

El Ciudadano · 20 de abril de 2016



Esto es lo que dijo un especialista a la [BBC](#) sobre las causas y soluciones al tono amarillento que cogen nuestros dientes, que no siempre se debe al tabaco o el café.



1. Causas genéticas

«**El color de los dientes depende de cada persona**», le dice a BBC Mundo el doctor Óscar Castro Reino, presidente del Consejo General de Colegios de Dentistas de España.

«Hay un **condicionante genético** importante que define la coloración de nuestros dientes desde que nacemos», agrega el experto.

De acuerdo con el doctor Castro, también hay algunas **enfermedades congénitas** «como la dentinogénesis o la amelogénesis imperfecta que provocan defectos en el esmalte o en la dentina, haciendo que estos adquieran un color amarillento o incluso marrón».

«Es un proceso que se hereda de padres a hijos», explica el médico.

Además, «las alteraciones endocrinas de **hormonas tiroideas** también influyen en el color de los dientes y pueden provocar manchas y alterar su color».

2. Lo que comes y bebes

Algunos alimentos y bebidas tienen pigmentos que pueden filtrarse entre los poros de nuestros dientes o, tal y como los llaman los dentistas, en los «canalículos dentarios» de la dentina (tejido intermedio del diente).

Algunos, como **el café o el té negro**, son más conocidos, y otros no tanto.

Por ejemplo, según el doctor Castro, el **té verde** también contiene pigmentación que puede amarillear tus dientes, además de otras bebidas como **el vino tinto o los refrescos de cola**.

Lo mismo sucede con los alimentos que contienen carotenos (un pigmento natural antioxidante), como **las zanahorias, el tomate o las espinacas**.

Algunas causas del amarilleamiento de dientes

Genética

Y enfermedades congénitas

Factores ambientales

(virus, bacterias, radiaciones, tabaco)

- Infecciones
- Alimentos que manchan los dientes (como el té o el café)
- Mala higiene dental

- Demasiado fluoruro (altos niveles en el agua o uso excesivo de enjuagues o pasta dental)

En algunos lugares el agua también puede amarillear los dientes, pues contiene «cantidades tremendas de flúor, que causan un exceso de esta sustancia conocido como **fluorosis**, la cual provoca manchas en los dientes», explica Castro.

Según la Federación Odontológica Latinoamericana (FOLA), que organizó un evento hace unos días sobre esta cuestión, «**el flúor es uno de los problemas más acuciantes en América Latina** como desencadenante de procesos patológicos que alteran el estado de salud oral de los pacientes».

3. Medicamentos y tratamientos

«Algunos tipos de **antibióticos, como la tetracilina**, pueden provocar una alteración durante la formación del diente, haciendo que este nazca con un color pardo estriado», explica Castro.

Otros productos que hacen que los dientes se vuelvan amarillentos son, según el especialista, los **colutorios dentales (enjuagues bucales)**.

En el caso de la **amalgama de plata** (que se utiliza para empastes metálicos), contiene unos pigmentos que, tal y como advierte Castro, acaban siendo asimilados por el diente y transformando su color.

Con el **endodonciado** sucede lo mismo: cuando se mata el nervio del diente, este se oscurece.

Y es que **cuando hay un traumatismo la sangre se coagula**, tiñendo el diente desde dentro hacia fuera.

En cualquier caso, existen nuevas soluciones, como la utilización de *composites* o resinas compuestas, dice Castro.

4. El paso del tiempo (y el cuidado)

Otro factor no menos importante es el paso del tiempo.

A medida que envejecemos, los dientes se vuelven amarillos.

«**Es normal que con la edad los dientes amarilleen**, pues desde que nacemos hasta que morimos los sometemos a una serie de condicionantes que provocan cambios en ellos», asegura el doctor Castro.

Pero también es fundamental cómo cuidamos nuestra dentadura. Y, sobre todo, cómo la limpiamos.

«La **higiene dental** incluye muchísimo», explica el médico.

¿Cómo evitarlo?

No podemos frenar el paso del tiempo, pero sí podemos poner cuidado en la limpieza de nuestros dientes, además de evitar consumir en exceso ciertos alimentos o bebidas (y, por supuesto, el tacaco).

Pero si lo que buscas son soluciones a posteriori, lo mejor es que acudas a los profesionales.

«**Muchos tratamientos caseros de blanqueamiento no tienen capacidad terapéutica**, como algunos que se anuncian en televisión y que prometen un blanqueamiento de hasta ocho tonos, lo cual es imposible», explica Castro.

I

«Es publicidad engañosa», afirma el especialista.

«Lo ideal es acudir al dentista y ver qué se puede hacer para blanquearlos y, sobre todo, **descartar alguna patología previa**», agrega.

En cuanto a remedios caseros, como el **bicarbonato con limón**, Castro advierte que hay que tener cuidado: «Es un ácido que erosiona y cuyo efecto sería el mismo que **frotar el diente con papel de lija**».

¿Y los dentífricos blanqueadores?

Según Castro, «juegan con el truco de los colores (el opuesto al amarillo es el violeta); las partículas violetas que impregnan el diente provocan la **sensación de falso blanqueado**».

El especialista también advierte de un nuevo fenómeno: la **blancorexia** u obsesión por los dientes blancos.

«Siempre se quiere más y los pacientes **piden tonos de blanco que no existen en la naturaleza**, como el blanco sanitario», dice Castro.

«Hay un cambio en la percepción de lo que es natural y lo que es artificial».

Vía [BBC](#)

Fuente: [El Ciudadano](#)