



¿Comer más y peor por estrés o ansiedad? Cinco claves para evitarlo s 3



El circo es un buen ejercicio: más personas suman el trapezio y la tela en sus entrenamientos s 4



Pensar que todo es bullying y otros errores paternos que afectan la convivencia escolar s 5

Todos los beneficios de mantener una nutrida red de amigos en la tercera edad s 6

S SALUD & BIENESTAR

SANTIAGO DE CHILE
 MERCURIO
 19 DE MARZO
 DE 2025

EL MERCURIO saludybienestar@mercurio.cl

PERSONAS DE HASTA 75 AÑOS LOS ESTÁN UTILIZANDO:

Con distintos estilos y opciones, los frenillos dejaron de tener edad y su uso es cada vez más frecuente en adultos

MANUEL HERNÁNDEZ

Mónica Evans (63) no podía masticar bien. Fue al odontólogo porque la mordida se le había "agradado o movido", y por eso, "los dientes de arriba no se tocaban con los de abajo y era muy difícil comer". ¿La solución? Usar frenillos por 13 meses.

Evans dice que, como ella, ha visto a más adultos —de distintas edades— utilizando ortodoncia y estima que "se debe a que (los frenillos) se han democratizado y abaratado". Además, en su caso, ya no tiene compromisos económicos como el colegio o la universidad de sus hijos y eso permite que "te puedas regalar en términos de salud, de viajes. Las luces son más para ti".

Su ortodoncia es la más convencional, aquella fija y con brackets de metal —que se adhieren para corregir la posición de los dientes—, pero actualmente hay distintos tipos como los frenillos estéticos —del mismo estilo que los convencionales, pero de zafiro o cerámica, y suelen ser de colores parecidos a los dientes—, los linguales —aquellos de metal que van en la parte trasera del diente— y los invisibles, que son unas férulas transparentes y removibles pero que deben utilizarse un mínimo de 20 horas diarias.

La odontóloga de UC Christus, Carolina Donoso, afirma que con todas estas opciones ha notado un alza en la cantidad de pacientes adultos con ortodoncia: "Hace 10 o 15 años no era así. En los últimos años, sin duda alguna, ha aumentado la cantidad de pacientes adultos".

Coincide la directora de Odontología de Red Salud, Carolina Pattillo, quien asegura que "hoy en día no hay edad para utilizar ortodoncia. Obviamente entre el adolescente es común, pero diría que entre los 20 a 40 años y sobre todo en algunos adultos entre 45 hasta más o menos los 60 se está dando mucho la tendencia a ocupar ortodoncia".

Por rango etario

Los especialistas detallan que han notado una tendencia en el tipo de ortodoncia que busca cada paciente según su rango etario.

Carolina Donoso plantea que los adolescentes suelen utilizar

convencionales, de porcelana, detrás de los dientes o invisibles. Las posibilidades son amplias y el precio, dicen los usuarios, más accesible. Los especialistas coinciden en que el tipo de ortodoncia varía según si es para tratamiento estético o de rehabilitación, y afirman que "no hay edad para su uso". ¿Cuál es el requisito más importante? Contar con una buena salud bucal.

ortodoncia convencional, mientras que los adultos "jóvenes", es decir mayores de 20 años, "muchas veces solicitan alineadores", que son los removibles. En el caso de aquellos entre 30 y 45 años también priorizan la ortodoncia invisible "porque muchas veces estos pacientes ya tuvieron una ortodoncia durante su adolescencia y ya no quieren usar otra vez brackets".

En cambio, dice Donoso, "un paciente de 50 a 60 años, si tiene una excelente condición bucal, se le puede ofrecer el tratamiento de alineadores, pero muchas veces estos pacientes tienen otras secuelas o pérdidas dentarias o tenemos que hacer tratamientos de ortodoncia en conjunto con la especialidad de periodoncia. Y aquellos pacientes no pueden tener alineadores, sino que más bien ortodoncia fija".

Y agrega que "depende absolutamente de la severidad de la maloclusión (alineación anormal de los dientes)", así como de la planificación de tratamiento, de la cooperación del paciente y de que se sigan las indicaciones.

Pero, ¿hay alguna edad límite para la ortodoncia? Todos los consultados aseguran que no. Eso sí, hay un requisito principal: la salud bucal.

Felipe Illanes, odontólogo de la Clínica Alemana, explica que "tengo pacientes de 70 a 75 años con tratamiento ortodóncico. Lo que importa es que haya salud bucal".

Pattillo explica que "no puede tener enfermedad periodontal (de las encías) presente y que obviamente esté libre de caries. Entonces lo principal es que ese paciente tiene que estar sano bucalmente".

Coincide Donoso, quien también recalca que atiende a mayores de 70 con "excelente condición bucal y pueden utilizar brackets convencionales o estéticos. En cambio, puedo tener pa-

ciencia periodontal que limita muchas veces realizar un tratamiento de ortodoncia, en esos casos derivó al periodoncia".

Depende del tratamiento

A pesar de las distintas posibilidades, hay casos en que los pacientes no tienen opción de elegir el tipo de ortodoncia que requiere su tratamiento.

Felipe Illanes explica que quiere hacerse un tratamiento por estética, para alinear los dientes.

En estos tratamientos, detalla el odontólogo, los alineadores invisibles son una opción "más cómoda", ya que "si tienes que viajar y de repente se te sale un bracket, te complica las vacaciones porque eso te va a raspar, etc. El alineador nunca raspa, nunca genera una molestia".

Illanes también atiende a adultos que deben someterse a la ortodoncia como parte de un tratamiento integral: "Por ejemplo, necesitan ortodoncia para antes o después de colocar un implante dentario".

En esos casos, precisa, es necesaria la ortodoncia convencional: "No todos los casos se pueden hacer con alineadores. Hay una falsa idea de que son para todos los casos clínicos y no es así". Y agrega: "El alineador tiene una biomecánica completamente distinta y no puede resolver muchas cosas que sí pueden los brackets, como grandes rotaciones, como las sobremordidas, que es cuando los dientes superiores traspasan mucho los dientes inferiores".

Coincide Constanza Carvajal, odontóloga de la Clínica Indisa,



Los alineadores invisibles son la opción preferida por los adultos de entre 30 y 45 años. Sin embargo, no funcionan para todos los tratamientos, pueden generar dificultad para hablar en algunos casos y deben utilizarse al menos 20 horas.

