

“El cepillado debe ser tan suave como el aleteo de una mariposa”, describe odontólogo

¿Se lava sin ganas? Dentistas coinciden: un cepillo eléctrico lo va a ayudar

Nuevos modelos regulan la presión, lo que previene problemas como gingivitis o desgaste del esmalte.

WILHEM KRAUSE

En el mundo de los cepillos de dientes eléctricos también existen gamas premium. Es el caso de la serie iO de Oral-B, una línea de diez modelos -de los cuales tres están disponibles en Chile- que integran desde inteligencia artificial hasta análisis en tiempo real de la boca para guiar la higiene, con prestaciones que escalan junto al precio.

Todos comparten un motor magnético que transmite la energía de forma directa a cada una de las cerdas. Esto se traduce en el clásico movimiento oscilante-rotatorio de la marca, potenciado con microvibraciones sónicas: la promesa es una limpieza más suave y eficiente.

En Chile se acaba de lanzar el iO2, el modelo de entrada, a un precio sugerido de \$59.990 (mercadolibre.cl; <https://acortar.link/9st8x3>). Si bien no integra bluetooth ni conexión con el celular, sí trae ese motor característico y se promociona como ideal para quienes desean hacer la transición desde un equipo manual.

2,5 minutos

“Uno de los mayores problemas que vemos en Chile es que las personas se cepillan menos de un minuto, cuando lo recomendado son dos. Con los cepillos eléctricos iO, la data nos muestra que el promedio de uso sube a entre dos y dos minutos y medio por sesión, lo que impacta directamente en la salud bucal”, afirma Javiera Lahsen, directora de Cuidado Bucal de PyG.

Una mala técnica de cepillado manual reduce mucho su eficacia, advierte: “El cepillo manual remueve solo 50% de la placa, mientras que con un eléctrico esa cifra puede ser hasta 100%”.

Respecto del nuevo iO2, lo define como una puerta de entrada: “Es simple de usar y accesible en precio, con sensor de presión y temporizador. Nuestro foco está en que más personas que usan cepillo manual se pasen a eléctrico. Hoy solo 4% de la población en Chile utiliza cepillos eléctricos y queremos que esa cifra crezca”. El



La experiencia con el iO2 de Cristóbal Sotomayor, creador de contenido, ha sido muy positiva. “Se nota la diferencia: la sensación es como si cubriera toda la dentadura.”

iO2, promociona, combina un precio competitivo con funciones esenciales: batería de larga duración, cabezales ultrasuaves para encías sensibles y dos modos de limpieza. “Queremos que la experiencia inicial sea tan superior a la del manual que el usuario no vuelva atrás. Esa es la apuesta”, señala.

Mejor suave

Sergio Labra, director clínico de We Smile, destaca que la eficacia de la línea iO se ha documentado en investigaciones recientes. “En un estudio de 2024 realizado por la Innsbruck Medical University, los usuarios de iO alcanzaron índices de placa de 25,09% frente al 30,60% obtenido con cepillos eléctricos convencionales, lo que demuestra una mayor capacidad de limpieza”, detalla.

A su juicio, uno de los aportes más relevantes de esta línea es el sensor de presión, que guía al usuario para evitar cepillados demasiado agresivos, sobre todo útil para quienes sufren de gingivitis u otros problemas con las encías: “El cepillado debe ser tan suave como el aleteo de una mariposa. Mucha gente cree que mientras más fuerte se cepilla mejor es la limpieza, pero ocurre lo contrario: esa fuerza desgasta el esmalte y puede causar daños en las encías. Lo importante son los movimientos y la constancia”.

Ningún cepillo elimina el sarro una vez que se forma, recalca: esa tarea requiere de limpieza profesional con

\$59.990
 ES EL PRECIO

sugerido de lanzamiento del iO2 de Oral B (en tiendas online se puede encontrar más barato)

Javiera Saavedra, odontóloga (@dr-javieraasaavedra), subraya que la mayoría de los pacientes no tiene una correcta técnica de cepillado: y sí, uno eléctrico lo hace más fácil. “Con un cepillo manual se necesita de más destreza, en cambio con el eléctrico hay movi-

mientos circulares y te avisa para cambiar de zona de cepillado, entonces te aseguras de que estás limpiando todos los dientes. Con un solo toque se activa el cepillo, produciendo movimientos hacia los filamentos accionados individualmente hacia cada diente, garantizando una limpieza donde los cepillos manuales no llegan. La gracia de estos cepillos eléctricos es que regulan la presión y reducen la velocidad si el paciente se está cepillando demasiado fuerte”.

¿Cuál es la técnica correcta para lavarse los dientes con un cepillo eléctrico? “Es sencilla: aplicas pasta de dientes, colocas el cepillo en un ángulo de 45 grados apuntando hacia la línea de las encías y lo mueves suavemente de diente en diente, con movimientos cortos y lentos tanto horizontales como verticales. No es necesario aplicar mucha presión. Cada sección de la boca debe trabajarse durante 30 segundos, incluyendo las zonas internas”.

La técnica correcta

Valenzuela agrega que muchos creen que la formación de sarro o la gingivitis son inevitables, cuando en realidad responden a una higiene deficiente. “El cepillo es la base, pero debe complementarse con seda dental e irrigadores en casos específicos, como en pacientes con implantes, porque ningún cepillo llega a todas las zonas”, apunta.