Sonrisas Carralero

Reina, 67 Bajo
46800 - Xátiva - *Valencia*
T. 96 227 13 75
M. 662 663 002
info@dentalcarralero.com

dentalcarralero.com

nº 11

Entrevista a:

José Vicente Ramón

Un gerente que pinta mucho en la comarca de La Costera.

Hablamos de:

Cómo cuidar las encías

Ortodoncia

Acceledent: el acelerador de ortodoncias

Últimas tecnologías

Ortodoncia Infantil Myobrace

José Luis Merí

Su sonrisa cambió con Lumineers

SUMARIO

Saluda del Dr. David Carralero: p.2

Hablamos de:
Cómo cuidar las encías para tener una mejor salud bucodental: p.3

Entrevistamos a:
José Vicente Ramón. Un gerente que pinta mucho en la comarca de La Costera: p.5

Salud en la vuelta al cole: p.8

Ortodoncia:
Acceledent: el acelerador de ortodoncias: p.10

Pasatiempos: p.12

Curiosidades:
¿Sabías que...?: p.13

Últimas tecnologías:
Ortodoncia Infantil Myobrace: p.14

Prevención e higiene bucodental:
Elegir cepillo de dientes: pros y contras de los eléctricos y los desechables: p.16

José Luís Merí:
Su sonrisa cambió gracias a las carillas Lumineers: p.18

Datos de contacto:
C/ Reina, nº 67 - bajo - Xàtiva
Tel.: 96 227 13 75
Móvil: 662 663 002
Urgencias: 653 87 66 13
dentalcarralero.com
info@dentalcarralero.com

SALUDA DEL DIRECTOR CLÍNICO

Dr. David Carralero

¡Qué ganas tenía de tener esta revista en mis manos!

Hace apenas unas semanas **celebramos nuestro aniversario**. Son ya 13 años con todos vosotros, comprometidos con el cuidado de vuestra salud bucal, y ofreciéndoos los tratamientos más vanguardistas del mercado.

Durante la celebración del evento, en la Plaza Vicent Andrés Estellés, contamos con el apoyo de más de **300 personas** que disfrutaron de una tarde repleta de diversión, sonrisas, música y solidaridad.

Fundación Carralero también estuvo presente en nuestra fiesta, con su tradicional venta de "Palomitas Solidarias". En esta ocasión, el 100% del dinero recaudado fue destinado al Centro de Acogida de la Inmaculada, para la compra de material escolar.

Nuestro objetivo es buscar la **EXCELENCIA** y seguir mejorando día a día, porque vosotros sois los protagonistas de esta larga trayectoria.

Por todo ello, queremos agradecer, una vez más, a todos los que nos habéis apoyado desde el principio, por confiar en nosotros y permitirnos **ser parte de vuestras sonrisas**.

¡Nos vemos el próximo año, para continuar celebrándolo!

Celebrando el 13º Aniversario

Cómo cuidar las encías para tener una mejor salud bucodental

A la hora de hablar de higiene bucodental hay que tener en cuenta algo muy importante: no solo hay que cuidar los dientes, **también hay que cuidar las encías**. Lo es porque son un soporte fundamental, lo que sirve de base de las piezas dentales y las une con el hueso. Una encía débil es un diente débil.

Y, para entender la importancia del cuidado de las encías, nada como conocer qué enfermedades pueden sufrir y cuáles son sus síntomas:

Gingivitis: no es otra cosa que la acumulación de placa bacteriana en la encía y que puede provocar desde enrojecimiento a sangrado. El tratamiento temprano es esencial ya que, si no se aborda el problema a tiempo, puede derivar en periodontitis.
Periodontitis: es una inflamación que hace que la encía se retraiga y se formen unas bolsas de placa bacteriana que dañan tanto a los tejidos que rodean el diente como al hueso que lo soporta, lo que acaba provocando la **pérdida de la pieza dental**. Y puede tener consecuencias serias más allá de la cavidad bucal, ya que esas bacterias pueden llegar al torrente sanguíneo.
Para saber que la encía está afectada por algunos de estos problemas, debemos estar muy pendientes de **síntomas** como estos:

- Inflación y sangrado de la encía
- Mal aliento
- Sensibilidad dental
- Dolor al masticar
- Encías que se retraen
- Movilidad dental

Ante cualquiera de estos síntomas, lo mejor es acudir inmediatamente al dentista.

¿Qué hacer para cuidar las encías?
Pasos para cuidar las encías y conseguir que estén siempre lo más sanas posible:

Higiene: es muy importante cepillarse muy bien después de cada comida, y también utilizar hilo dental.
Alimentación: lo que comemos afecta de manera notable a nuestra salud bucodental. Es importante reducir en la medida de lo posible el consumo de grasas saturadas y azúcares.
Tabaco: fumar favorece la aparición de enfermedades en las encías, entre otras cosas, porque debilita el sistema inmunitario y nos hace más sensibles al ataque de las bacterias.
Revisiones: es fundamental realizarse revisiones periódicas. Es la mejor manera de detectar cualquier problema de manera precoz y atajarlo antes de que se agrave.
Recuerda que una mala higiene dental tiene infinidad de consecuencias.

Entrevista a

José Vicente Ramón

Un gerente que pinta mucho en la comarca de La Costera

¿Cuáles fueron los inicios de Pinturas Jovira?

Pinturas Jovira la fundó mi padre (Vicente Ramón) en 1979. Originalmente fue una fábrica de pinturas al temple, en la que la alta calidad de los productos favoreció un rápido crecimiento, y en pocos años fabricamos también pinturas plásticas y al disolvente.

Actualmente Jovira es una marca comercial de Reoxyl S.L. que regentamos mis hermanos Esteban, Ana y yo.

Siempre estamos en proceso de mejora y adaptación a los nuevos tiempos. Reoxyl es el centro donde se gestan los nuevos proyectos relacionados con la fabricación de pinturas avanzadas y otros productos novedosos que comercializaremos en breve.

¿En qué se diferencia Jovira con el resto de las empresas que se dedican a la fabricación de pinturas?

En Jovira nos caracterizamos, desde siempre, por ofrecer un nivel de calidad muy superior manteniendo los precios respecto a otras marcas. Nos esforzamos por dar un servicio profesional de cercanía ayudando a las personas tanto a elegir el producto que necesitan como a usarlo adecuadamente. Nuestra extensa gama de productos junto a la experiencia de dos generaciones, nos permiten situarnos como alternativa a las grandes marcas.

¿Qué significado tiene para ti pinturas Jovira?

Jovira es mi vida a nivel profesional.
Entré a trabajar muy joven, primero en la fabricación y envasado de pinturas. Más tarde me dediqué a la venta y atención al

sector profesional. Aprendí el oficio desde abajo. La experiencia y los años, rodeado de buenos profesionales y mejores amigos, me han permitido poder llevar el timón de esta empresa con orgullo y satisfacción.

Tenemos entendido que fuiste Presidente de ADEXA. ¿Cómo fue tu experiencia?

Soy una persona que se implica con cada nuevo reto y ADEXA lo ha sido.
Poder ayudar desde la dirección de una asociación profesional es una gran responsabilidad y también un privilegio. Doy las gracias desde aquí a la asociación por la confianza depositada.

¿Es fácil ser empresario en Xàtiva?

Ser empresario conlleva riesgo económico y toma de decisiones que afectan a otros, lo que requiere unos niveles de responsabilidad muy grande. Ser empresario es relativamente fácil pero el éxito no está asegurado. Xàtiva es una ciudad que, tradicionalmente, alberga un espíritu emprendedor, siendo centro de negocios desde muy antiguo.

¿Actualmente existen ayudas para el sector empresarial?

Las ayudas de las instituciones parecen ir a destiempo. Aunque existen las ayudas, no puedes basar tu negocio en la obtención de las mismas. Debes trazar un buen plan empresarial que aproveche las posibles ayudas, que las hay, sobre todo de origen Europeo.

¿Qué mejoras podrían funcionar en este sector?

El asociacionismo empresarial y la cooperación, vinculado a la expansión e internacionalización, es ahora mismo la mejor herramienta de que disponemos.

¿Cómo se vio afectada la empresa cuando estalló la burbuja inmobiliaria?

Han sido años muy duros, esta crisis nos afectó especialmente por nuestra vinculación directa con el sector inmobiliario y la construcción. La disminución de ventas y clientes y la falta de recursos y financiación, nos obligó a reducir plantilla y ajustarnos. Afortunadamente, nos hemos sostenido y actualmente resurgimos "de nuestras cenizas como Ave Fenix". Tenemos la suerte de sobrevivir y reinventarnos en un momento en que acumulamos una gran experiencia y más ganas que nunca de hacer cosas especiales por y con la comunidad.

¿Qué importancia tiene para tu trabajo tener una sonrisa sana?

La sonrisa es la chispa de la vida que nos ayuda a afrontar el día a día con una actitud positiva, a solucionar los problemas de la mejor manera posible. Si además contamos con una buena salud bucal, las cosas son más fáciles y naturales.

¿Eres paciente de Clínica Carralero? ¿Por qué?

Sí. Soy una persona exigente que le gusta hacer bien las cosas, por eso me gusta confiar en los mejores profesionales. Además el Doctor Carralero y su equipo tienen un espíritu creativo, de superación y de ayuda a la comunidad en el que me identifico plenamente.

A pesar de tu trabajo como empresario, tienes tiempo para cuidar tu salud bucal. ¿Qué les dirías a las personas que siempre tienen una excusa para no asistir al dentista?

Hablo como persona puesto que la salud es algo que nos atañe a todos por igual. Nuestra salud y bienestar afectan directamente a nuestra felicidad. Es necesario cuidar nuestra boca y asistir regularmente al especialista para evitar daños tanto físicos como económicos. Cuidar y prevenir, mucho mejor que curar.

Al ser la cara visible de tu empresa ¿le das los cuidados necesarios a tu sonrisa?

Por supuesto, la sonrisa es el reflejo de la satisfacción por las cosas bien hechas, de la confianza en los demás, de la alegría del buen hacer día tras día. Desde nuestro sector también trabajamos en facilitar la vida de todas las personas creativas que usan nuestras pinturas. Y por si fuera poco también sigo vuestros sanos consejos.

Asesoramiento

Formación

Acción Social

Juntos podemos llegar lejos...

Te esperamos

FUNDACIÓN
Carralero

Formación.
Asesoramiento
y Acción Social:
T. 634 594 070
www.fundacioncarralero.org

Salud bucal en la vuelta al cole

El mes de septiembre es el mes de retomar propósitos y la **vuelta al cole** es el momento idóneo para hacer una revisión de la salud bucodental a nuestros hijos.

Bien es cierto que, en verano, todos **descuidamos nuestra higiene bucal** y alteramos nuestra dieta y nuestros hábitos de vida. Los más pequeños incluso más que los adultos. Helados, chuches, refrescos azucarados, etc. Después de casi tres meses de vacaciones, es normal que los malos hábitos repercutan en la salud oral: infecciones, gingivitis y caries son las principales causas que vemos los dentistas durante el mes de septiembre.

Por todo ello, consideramos importante hacer una **visita rutinaria tras volver de vacaciones**, porque es posible que los peques (y los no tan peques) tengan alguno de estos problemas, y no seamos conscientes de ello. Cuanto antes se detecte el problema, y haya un diagnóstico precoz, más fácil será la solución. Se trata de que los niños puedan **gozar de una salud bucodental de hierro para poder hacer frente al nuevo curso**, sin más preocupaciones que las básicas: aprender, formarse y divertirse.

Y que una caries no les impida sacar buenas notas.

La prevención es lo más importante.

Las revisiones periódicas deben ir acompañadas por una exhaustiva higiene bucodental. Los niños deben **adquirir la costumbre de cepillarse los dientes** desde muy temprana edad, y hacer que para ellos sea algo divertido. Existen cepillos especiales para

las distintas edades pero si los padres tienen dudas, pueden consultar con su dentista.

Muchos padres nos preguntan qué hacer en el caso de que el niño tenga **miedo al dentista**. Cada odontopediatra tiene sus técnicas y hay clínicas, como la nuestra, que crean un club especial para niños, con mascota y con premios para obsequiar a los que se han portado bien.

Además, para casos extremos de mucho miedo al dentista con niños que no paran de llorar, que dan pataletas y que se niegan a abrir la boca, existe el tratamiento **sedación consciente,** en el que el niño solo tiene que inspirar una mascarilla que desprende un gas

totalmente inocuo, y en unos minutos, el niño se queda relajado y más tratable.

Los dentistas recomendamos que la primera revisión se realice a partir de los 3 años pero eso no quita que se deba cuidar, especialmente, de la salud bucodental de los bebés. Es importante que el odontopediatra revise la boca del niño, regularmente, ya desde su primer año de vida. De esta manera, podrá hacer un seguimiento del proceso de dentición, aconsejar a los padres tratamientos cuando sea necesario, prevenir malformaciones dentales y ayudar a **corregir hábitos dañinos** para la dentadura del pequeño.

En la salud bucodental, **la prevención es lo más importante**, por eso las revisiones periódicas anuales, evitarán problemas futuros que podrán afectar gravemente en los estudios de nuestros hijos. Por eso siempre decimos que más vale prevenir que después tener que tratar.

Acceledent: el acelerador de ortodoncias

En ocasiones, los pacientes nos comentan que **los tratamientos de ortodoncia requieren mucho tiempo** (normalmente entre 18 y 24 meses) y no tienen ganas de estar acudiendo a las revisiones del ortodoncista, o bien por el malestar que genera estar tanto tiempo con el tratamiento. En estos casos, ofrecemos el novedoso AcceleDent Optima®, un dispositivo que permite reducir el tiempo de tratamiento de ortodoncia hasta en un 50% con solo 20 minutos de uso diario.

¿Qué es AcceleDent Optima®?

Es un sistema seguro, cómodo, ligero y fácil de usar que produce **fuerzas pulsátiles** (microvibraciones) para reducir la duración de todos los tratamientos de ortodoncia hasta en un 50% del tiempo estimado inicialmente. Es decir, que podrás disfrutar de una sonrisa más bonita y sana en apenas 9-12 meses.

Además, las microvibraciones que genera este sistema consiguen **disminuir el dolor** que genera el movimiento de los dientes hasta en un 71% así que ya no tendrás que sufrir las típicas incomodidades bucales cuando llevamos ortodoncia.

AcceleDent Optima® está **acreditado por la FDA** y ha demostrado su eficacia científicamente en numerosos casos clínicos.

¿Quién puede utilizar AcceleDent Optima®?

Está indicado **en niños y en adultos de cualquier edad**, con independencia de que utilicen ortodoncia tradicional o Invisalign. Con solo 20 minutos de uso diario podrás reducir el tiempo de tu tratamiento de ortodoncia hasta en un 50% y sentir el confort que siempre habías deseado.

Incluso cuenta con una aplicación móvil donde se registra todo el progreso del tratamiento para que puedas verlo tu mismo.

¿Cuál es la ortodoncia más rápida? La combinación de la Ortodoncia Invisible Invisalign y Acceledent.

	BRACKETS METÁLICOS	BRACKETS DE ZAFIRO	INVISIBLE INVISALIGN	LINGUAL INCÓGNITO	DAMON SYSTEM	INVISALIGN + ACCELEDENT
Estética:	Muy mala	Buena	**Muy buena**	Buena	Buena	**Muy buena**
Comodidad:	Incómodo	Incómodo	**Muy cómodo**	Incómodo	Incómodo	**Muy cómodo**
Higiene:	Incompleta	Incompleta	**Completa**	Incompleta	Incompleta	**Completa**
Duración:	Largo	Largo	Normal	Largo	Corto	**Muy corto**
Precio:	Económico	Económico	Normal	Alto	Normal	Normal
Urgencia:	Varias	Varias	**Muy pocas**	Varias	Varias	**Muy pocas**

PASATIEMPOS

Las 7 diferencias

CURIOSIDADES

¿Sabías que...

...besar a un burro puede aliviar el dolor de dientes?

En una leyenda alemana de la Edad Media se decía que besar a un burro aliviaba el dolor de dientes.

...en China celebran el "Día de amar tus dientes"?

En China, se celebra cada año, el 20 de septiembre, el Love Teeth Day. Esta festividad se inició en 1989 para animar a la población a cuidar sus dientes y a promover la educación en salud bucodental.

...George Washington tenía una colección de dentaduras?

Cuenta la leyenda que George Washington, uno de los padres fundadores de Estados Unidos, tenía un set de dentaduras postizas. Lo que sí tenía realmente era una colección de dentaduras, éstas no estaban hechas de este elemento sino de diferentes materiales como oro, plata, plomo y marfil.

Ortodoncia infantil Myobrace

¿Qué es Myobrace?

MYOBRACE es un aparato de **ortodoncia para niños, sin brackets,** diseñado en tres etapas para corregir los malos hábitos orales mientras trata los problemas de desarrollo de los maxilares superior e inferior.

Los dispositivos de Myobrace están diseñados para corregir la mala oclusión de los músculos de la boca, **estimulan al mismo tiempo el crecimiento de los maxilares de una forma adecuada**, previniendo posibles complicaciones bucales u otro tipo de ortodoncias en el futuro. Existen en varios tamaños, dependiendo de la edad y el desarrollo de cada paciente.

Varios estudios han demostrado que el apiñamiento dental y las malformaciones maxilares no son siempre de origen genético, sino que pueden ser producidos por una **alteración en la respiración y en la deglución**. Dentro de los planes de tratamiento en ortodoncia, en ocasiones se debe incluir algún tipo de tratamiento específico para estos problemas miofuncionales.

¿Cómo funciona Myobrace?

El Sistema Myobrace incorpora la **tecnología dual de dos capas** de material para mejorar el desarrollo de las arcadas y el alineamiento dental y dispone de variaciones para un amplio abanico de pacientes con edades y necesidades de tratamiento muy variadas, proporcionando así mayores opciones de tratamiento a diferentes maloclusiones.

La ortodoncia Myobrace utiliza un conjunto de **aparatos de silicona** de gran comodidad para nuestros hijos. Este tratamiento será

eficaz si se usa **un par de horas** durante el día más las horas de sueño. Para la utilización de esta técnica se tendrá en cuenta la edad del paciente, la dentición y el tipo de hábitos; siendo muy frecuente su uso en **niños de entre 4 y 10 años de edad**.

¿Qué conseguimos con este tratamiento?

- Que los labios estén cerrados todo el tiempo, excepto al hablar o comer.
- Una respiración nasal para ayudar al desarrollo de las mandíbulas superior e inferior y lograr una mordida correcta.
- Que no haya actividad labial al tragar para que permita a los dientes anteriores a desarrollarse correctamente.
- Mejoras en la alineación dental.
- Mejoras en el desarrollo facial.

En resumen, la nueva ortodoncia Myobrace es mucho más cómoda que los aparatos tradicionales. ¡Tus hijos notarán la diferencia!

Los dispositivos de Myobrace están diseñados para corregir la mala oclusión de los músculos de la boca del niño.

Elegir cepillo de dientes: pros y contras de los eléctricos y los desechables

La higiene dental, y por tanto la salud de nuestra boca, depende en gran medida de un **buen cepillado**. Y es en este aspecto donde surge una duda muy frecuente: **cómo elegir cepillo de dientes**. En el mercado hay infinidad de modelos, pero la primera decisión será decidirse por uno manual o por uno eléctrico.

Cepillos desechables, los de toda la vida

Son los cepillos manuales y tienen las siguientes **ventajas**:

- **Son baratos** y se pueden encontrar con facilidad en infinidad de establecimientos.
- **Se pueden llevar a cualquier sitio:** hay modelos de bolsillo, lo que ayuda a no descuidar la higiene dental en ninguna circunstancia. Por ejemplo, en el trabajo o de viaje.
- **Nos permite detectar el grado de presión** que ejercemos sobre los dientes al limpiarlos, de modo que es difícil llegar a dañar el esmalte, provocar pequeñas heridas, causar daños tras una cirugía o arrancar un bracket en caso de que se lleve ortodoncia.

Cepillos infantiles

En el caso de los niños, hay una **gran variedad de tamaños y modelos** que se adaptan tanto a su boca como a sus manos.

Evidentemente, el cepillo manual tiene sus inconvenientes. El principal es que se requiere una buena técnica para que la limpieza sea la correcta.

Cepillos eléctricos, la comodidad

Los cepillos eléctricos se han ido popularizando con el paso del tiempo, a la vez que se van mejorando sus prestaciones.

Son más cómodos y se utilizan sin ningún esfuerzo. Además, pueden llevar varias velocidades para adaptarse mejor a diferentes zonas de la boca.

Los modelos con mecanismos oscilante-rotatorios garantizan una **limpieza en profundidad**, ya que se van adaptando a la forma y los ángulos de la pieza dental, alcanzando incluso las zonas más complicadas y evitando la aparición de placa.

Son **ideales para personas con problemas de movilidad** o con dificultades motoras, como puede ser el caso de ancianos o enfermos.

En cualquier caso, conviene elegir cepillos que lleven algún sistema de **control de la presión** para evitar erosionar el esmalte dental. Y, si no eres muy metódico, los hay que emiten señales acústicas cuando el tiempo de cepillado es el correcto.

El principal inconveniente de los cepillos eléctricos es el precio. Y también hay que tener precaución al utilizarlo si hay síntomas de enfermedad periodontal.

Criterios comunes a la hora de elegir cepillo de dientes

Hemos visto ventajas y diferencias de los diferentes cepillos. Pero hay algunas cuestiones que son invariables, que se deben tener siempre en cuenta, independientemente de que, al elegir cepillo de dientes, nos decantemos por uno desechable o uno eléctrico:

Tamaño: a la hora de elegir cepillo de dientes, este debe tener unas dimensiones adecuadas, que permitan llegar sin problemas a todos los rincones de la boca.

Tipo de cerdas: las hay más suaves y más duras. Si estamos acostumbrados a cepillarnos enérgicamente, mejor que no sean demasiado duras para no dañar el esmalte. Y siempre deben tener puntas redondeadas

Caducidad: los cepillos no duran eternamente, para que sean efectivos hay que cambiarlos al menor síntoma de deterioro o, al menos, cada tres meses.

Técnica y tiempo: no importa el tipo de cepillo que se use, se debe limpiar bien toda la superficie de los dientes y la lengua y dedicarle, al menos, dos minutos.

José Luis Merí: sonrisas perfectas gracias a Lumineers

Nuestro paciente José Luis Merí, está tan satisfecho con su nueva sonrisa que accedió a contar su experiencia en esta entrevista.

¿Cómo era tu sonrisa?

Una sonrisa normal, ya que mis padres se han encargado, desde pequeños, que tuviera una buena sonrisa, pues a través de ella se refleja tu personalidad, transmites una actitud positiva y das una mejor impresión a los demás.

¿Cómo conociste las Carillas Lumineers?

Las conocí a través de mis dentistas, Eva Tormo y David Carralero.

¿Por qué te decidiste por este tratamiento?

Resulta que cuando era pequeño, me rompí la parte de debajo de los incisivos delanteros y me los arreglaron. Pero cuando masticaba y mordía algo duro, se me rompían y al final el doctor Carralero y la doctora Eva Tormo me propusieron la mejor solución para mi problema, que era ponerme carillas.

¿Cuánto tiempo duró el tratamiento? ¿El proceso fue incómodo o doloroso?

El tratamiento fue más corto de lo esperado. En mi caso, en unos meses me tomaron las medidas, me hice el tratamiento de blanqueamiento y me pusieron las carillas. No fue para nada incómodo ni doloroso.

¿Estás satisfecho con los resultados? ¿Por qué?

Muchísimo, ya que las carillas han mejorado mi estética bucal.

¿Qué significado tiene para ti tener una buena salud bucal?

Para mí es muy importante tener una buena salud bucal ya que, si no la tienes, puede afectar a todo nuestro organismo. Por ese motivo, mi mujer y yo, desde siempre, le estamos inculcando a nuestra hija un buen hábito de higiene bucal, para evitar enfermedades de todo tipo.

¿Cómo ha cambiado tu vida con tu nueva sonrisa?

Ha cambiado para bien, ahora ya puedo comer con más tranquilidad y estoy muy contento ya que mi sonrisa es más blanca y perfecta.

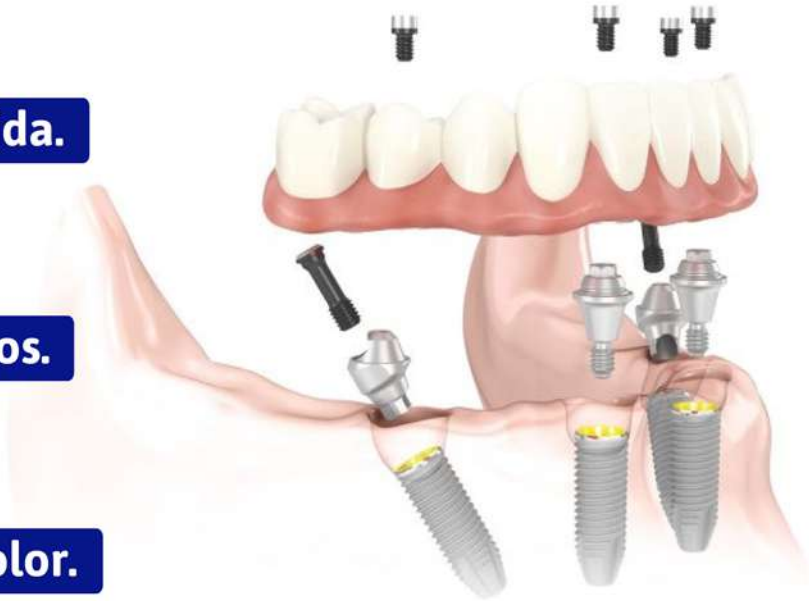
¿Recomendarías la Clínica Carralero? ¿Por qué?

Por supuesto que la recomendaría, porque es una clínica donde realmente trabajan grandes profesionales y, sobre todo, grandes personas.

¿NOS SIGUES?

DIENTES FIJOS EN 1 DÍA

¡¡y a darle mordiscos a la vida!!



Rápida mejora de tu calidad de vida.

Tiempos de tratamiento más cortos.

Sin puntos. Sin inflamación. Sin dolor.

C/ Reina, nº 67 - bajo - Xàtiva

Tel.: 96 227 13 75 - dentalcarralero.com