



## El Consejo General de Dentistas advierte sobre los riesgos de limarse los dientes con una lima de uñas

- **Un reto viral de las redes sociales consiste en igualarse los dientes con una lima metálica en el propio domicilio.**

**Madrid, 25 de septiembre de 2020.** Las tendencias y retos virales que surgen en las redes sociales calan rápidamente en los sectores más jóvenes de la sociedad, incluso cuando suponen un riesgo para su salud. Uno de los más recientes consiste en limarse los dientes en el propio domicilio con una lima de uñas. Así, varios *influencers* han subido a sus perfiles vídeos de ellos mismos limándose los dientes, lo que ha provocado que muchos de sus seguidores les imiten.

El Dr. Óscar Castro Reino, presidente del Consejo General de Dentistas, advierte sobre las graves consecuencias que puede tener esta práctica: “El esmalte de los dientes es limitado y no se regenera, es decir, cualquier desgaste es definitivo. Al limarlos con una lima metálica, se erosiona el esmalte y el nervio queda más expuesto, lo que aumenta la sensibilidad. Además, si se liman demasiado, se pueden producir infecciones y fracturas de los dientes que obligarían a realizar una extracción y sustituirlos por implantes”.

En el caso de querer igualar los dientes para mejorar la estética, el Dr. Castro recomienda acudir a una clínica odontológica. El contorneado dental o ameloplastia es una técnica sencilla y rápida que permite corregir pequeñas diferencias e irregularidades en los bordes incisales. Para ello, se utilizan instrumentos rotatorios de alta precisión y, por tanto, se requieren los conocimientos necesarios. Por eso, siempre debe ser realizado por un dentista.

En este sentido, será el profesional quien realice el diagnóstico previo al paciente para descartar cualquier patología y comprobar que el contorneado dental es el tratamiento adecuado en cada caso.

Esta práctica del limado de dientes en el domicilio se une a otras ya difundidas en las redes sociales, como los tratamientos de ortodoncia sin control profesional o los blanqueamientos dentales con carbón activado, de los que ya alertó el Consejo General de Dentistas. “Todos ellos ponen en riesgo la salud bucodental y pueden conllevar daños irreversibles. Por eso insistimos en que cualquier cambio estético dental debe estar realizado y supervisado por un dentista”, declara el Dr. Castro.



## **Consejo General de Colegios de Dentistas de España**

*Creado en el año 1930, es el Órgano ejecutivo de la Organización Colegial de Dentistas. Entre sus competencias destacan la coordinación de la política general de la Organización Colegial, la ordenación del ejercicio de la profesión, la representación y la defensa de los intereses de sus profesionales, y la promoción del derecho a la salud odontológica de los españoles. Es también competencia del Consejo General la elaboración, desarrollo y actualización del Código Ético y Deontológico estatal de la profesión, así como de la promoción social, científica, cultural y laboral de la Odontología y la Estomatología.*

### **CONSEJO DENTISTAS**

Departamento de Prensa

Calle de Alcalá, 79 - 2º - 28009 Madrid

Teléfono: 914 264 414

[prensa@consejodentistas.es](mailto:prensa@consejodentistas.es)