

sonrisas

“28 dientes”, sinónimo de salud y calidad de vida

Una iniciativa de BQDC para que disfrutes de una dentición completa



VILABOΛ
SALUD Y ESTÉTICA DENTAL



Teoría sobre la felicidad

“¿Qué hace que a las personas les vaya mejor en la vida?”

Consejos BQDC

Salud bucodental en los niños

“¿Cuáles son las claves para que los niños aprendan hábitos de higiene dental?”

Novedades BQDC

“Comprometidos BQDC”

“El compromiso de las clínicas dentales BQDC con nuestro entorno”

Entrevista

Dr. Mariano Sanz

“Nombrado Dentista del Año 2018”



BQDC es una asociación de clínicas dentales comprometidas con la **salud** y el **bienestar** de nuestros pacientes



www.bqdcentalcenters.es

Opinión
“28 dientes”, sinónimo de salud y calidad de vida



Dr. Jordi Cambra
 Presidente de la Asociación de clínicas dentales BQDC

Veintiocho es el número de piezas normal en la boca de un adulto. Cada diente es único y distinto de los demás y cumple una función específica para nuestro organismo. Tener todos los dientes ayuda a mejorar nuestra salud general, además de la vida social, por ejemplo, para disfrutar de una buena comida o conversar con las personas que queremos.

El número de pacientes totalmente edéntulos no es tan alto como era hace unos años porque la Implantología ha solucionado en parte este problema, pero sigue habiendo un número considerable de personas a las que les faltan muchos de sus dientes, lo que afecta de forma muy notable a su salud y a su autoestima.

Desde BQDC uno de nuestros principales objetivos es ayudar a mejorar la calidad de vida de las personas con la mejora de los problemas de salud bucodental que puedan tener. Y la falta de todos los dientes naturales es el problema más grave dental que podemos padecer.

Por ello, hemos desarrollado un protocolo clínico-quirúrgico que permite a aquellas personas que hayan perdido sus dientes, colocarles una prótesis dental fija implantosoportada, en el menor tiempo posible, en una sola intervención quirúrgica, con una técnica fiable y poco invasiva y con un coste adaptado a todos los bolsillos, gracias a las nuevas tecnologías que lo hacen mucho más asequible.

En los próximos meses, podrá encontrar más información sobre el proyecto “28 dientes” en su clínica BQDC.



Consejos BQDC 4

¿Cuáles son las claves para que los niños aprendan hábitos de higiene dental?



Salud bucodental 6

“32 dientes”, sinónimo de salud y calidad de vida



Salud y sonrisas 8

¿Qué secretos se esconden tras las sonrisas de los famosos?



Tu clínica BQDC 11

Los Dres. Vilaboa y Reuss, hablan en “¿Qué me pasa doctor?” - Bueno para la salud



Salud y sonrisas 12

¿Qué hace que a las personas les vaya mejor en la vida?



Noticias BQDC 14

Las reuniones territoriales de BQDC, todo un éxito



Entrevista 16

El Dr. Mariano Sanz, nombrado “Dentista del Año”



Novidades BQDC 18

“Comprometidos BQDC”

Patrocinadores BQDC



Edita:
Asociación Best Quality Dental Centers (BQDC)

Coordinación:
rIL Estudio 360°

Redacción y edición:
rIL Estudio 360°

Diseño y maquetación:
rIL Estudio 360°

Impresión:
BRINTEL

Imágenes:
Adobe.stock, BQDC y J. Rioja



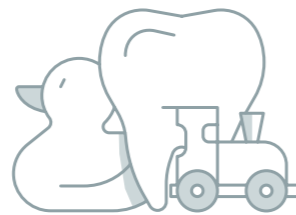
¿Cuáles son las claves para que los niños aprendan hábitos de higiene dental?

Consejos para cuidar la salud bucodental de los niños



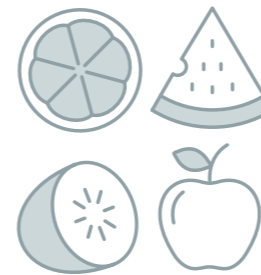
1 Evita que adquieran malos hábitos que puedan deformar sus dientes

Chuparse el dedo cuando son muy pequeños o morderse las uñas son hábitos prácticamente inconscientes que pueden deteriorar los dientes y deformar su posición.



2 Convierte el cepillado en una rutina que no quieran saltarse

Inventarse algún juego o canción que lo transforme en un momento divertido puede ser una buena idea para incentivar el cepillado.



5 Encuentra sustitutos para el azúcar

Encuentra alternativas saludables para saciar las ganas de dulce de tus hijos: fruta troceada, zumos naturales, verduras dulces, chocolate negro... ¡Sano, delicioso y libre de caries!



6 Si practican algún deporte, que lo hagan con protector

Cuando los niños corren y realizan actividades físicas sufren el riesgo de romperse algún diente. Si llevan un protector bucal, sus dientes y encías siempre estarán protegidos de los golpes.



3 Ayúdales con la higiene dental hasta que sean mayores

El cepillado no queda consolidado hasta los 9 años. Hasta entonces es necesario supervisar su rutina de higiene y controlar que se cepillen correctamente.



4 Edúcales para que estén concienciados con su salud dental

Es fundamental que vayan entendiendo la importancia que tiene cepillarse los dientes y cuidar su higiene dental. Cepillarte en su presencia sirve para dar buen ejemplo.



7 Llévalos a revisiones periódicas en la clínica dental

De esta forma, el dentista podrá detectar cualquier anomalía y determinar de forma temprana si necesita llevar ortodoncia.



8 Vigila su alimentación

Además de no excederse en el consumo de azúcar, es importante que los niños sigan una dieta saludable que fortalezca sus dientes y encías, con alimentos ricos en calcio, fósforo y vitamina D.

“28 dientes”, sinónimo de salud y calidad de vida

Una iniciativa de BQDC para que disfrutes de una dentición completa

La **sonrisa proyecta la mejor imagen de nosotros mismos**. Si tenemos algún problema dental o nos falta algún diente, podemos sentirnos incómodos y esconder nuestra sonrisa, lo que afecta a nuestra calidad de vida.

Pero **no solo nuestra estética se puede ver afectada**, ya que estos problemas bucodentales también afectan a nuestros hábitos alimentarios, a nuestra higiene dental y a otros aspectos funcionales, problemas que pueden llegar a **perjudicar la calidad de vida** de quien los sufre.

Veintiocho es el número de piezas normal en la boca de un adulto. Cada diente es único y cumple una función específica para nuestro organismo. Si faltan dientes, la parte del hueso que soportaba esa pieza ya no recibe la estimulación ocasionada al masticar y se puede producir, entre otras cosas, una **reducción ósea**.

Y no solo eso, son muchos los estudios científicos que demuestran la **relación entre la salud dental y general**. Algunos informes incluso han concluido que la pérdida de piezas dentales puede suponer **un mayor riesgo de sufrir un infarto o un ictus**, ya no solo por una enfermedad cardiovascular, sino por cualquier causa, especialmente en el caso de no conservar ningún diente.

Uno de los principales objetivos de BQDC y de todas sus clínicas, como en la que te encuentras ahora mismo, es **promocionar la prevención de los problemas dentales** en la población y contribuir a su salud dental. Nos preocupamos por nuestros pacientes y buscamos lo mejor para ellos y para su salud y su confort.

Por ello, **hemos desarrollado un protocolo médico-quirúrgico** para que cada paciente pueda permitirse tener 28 dientes. Es una

iniciativa de la Asociación para ayudar a los pacientes edéntulos, es decir aquellos que les faltan todos los dientes.”

La principal ventaja del proyecto de BQDC es que se trata de un **protocolo sencillo, adaptado a todos los bolsillos y totalmente digital** que permite fabricar una prótesis sobre implantes y sin molestias para el paciente con unos implantes muy apropiados. Es, además, una solución fija, para que el paciente no viva preocupado y pueda siempre lucir una sonrisa.



Recupera tu sonrisa con los implantes dentales

Los implantes son una solución efectiva para volver a sonreír, comer, hablar y recuperar nuestra apariencia sin que se note diferencia alguna con el resto de los dientes.

Es importante que desde que se pierde el diente hasta que se realiza el tratamiento no pase mucho tiempo para evitar desplazamientos, desgaste o roturas del resto de piezas.

Los implantes que se colocan son muy similares a los propios dientes, tanto en color como en apariencia. Es muy difícil que alguien pueda diferenciar una pieza natural de un implante, lo que favorece la comodidad de quien lo lleva.

La opinión de nuestros doctores



“Con las prótesis fijas conseguimos la misma función que ejercían con los dientes. No tiene que quitarse la prótesis por lo que el paciente gana en capacidad masticatoria, estética, seguridad en sí mismo... Hay una mejora en la calidad de vida muy notable”.

Dr. Javier Casas
Clínica Casas y Suárez



“Los implantes dentales, y el protocolo de BQDC, facilitan un tratamiento para muchos años y, en ocasiones, para toda la vida, siempre y cuando el paciente lleve los cuidados necesarios”.

Dr. José Manuel Navarro
Centro Brånemark Las Palmas

¿Qué ventajas ofrecen los implantes?

Seguridad

Realizados por un profesional, los tratamientos con implantes tienen tasas de éxito muy elevadas. Se trata de un tratamiento muy conservador, ya que mantiene intactos el resto de los dientes de la boca.

Higiene

No es necesario modificar los hábitos de higiene, puesto que los implantes pasan a ser un diente más de nuestra dentadura.

Calidad de vida

Los implantes incorporan estabilidad y la misma sensación que los dientes naturales. Permiten sonreír, comer y hablar sin preocupación.

Estética

Son la solución más estética para reemplazar la pérdida de piezas dentales. Mejoran la apariencia, ofreciendo un aspecto natural y rejuvenecido.

¿Qué secretos se esconden tras las sonrisas de los famosos?

¿Quién no se ha fijado alguna vez en la sonrisa de Tom Cruise, Nicole Kidman o David Beckham?

Cada vez que vemos a las celebrities en la televisión, las revistas o el cine nos quedamos prendados ante unas **sonrisas blancas y deslumbrantes**. Tanto es así que seguro que más de una vez habrás pensando, ¿qué hacen los famosos para tener siempre una sonrisa perfecta?

Al igual que el común de los mortales, las estrellas de cine, de la música o del deporte no nacen con los dientes perfectamente colocados y ese brillo natural, sino que en muchos casos **se someten a tratamientos estéticos para alcanzar la imagen que desean**, también en el dentista.

Una bonita sonrisa es una gran carta de presentación que, **además de aumentar la autoestima, mejora la salud bucodental**, algo que debería primar a la hora de recibir cualquier tratamiento odontológico.

Entre los tratamientos de Estética Dental más demandados por las celebrities podemos destacar la ortodoncia estética, las carillas dentales o el blanqueamiento dental.

La **ortodoncia invisible** es un tratamiento alternativo a la ortodoncia tradicional que permite mejorar la posición de los dientes de forma muy discreta, mediante alineadores transparentes. Las **carillas dentales**, por su parte, son finas láminas de porcelana o composite que se adhieren al diente para mejorar su color, forma o tamaño. Por último, gracias al **blanqueamiento dental** podemos mejorar hasta 8 tonos el color del diente, recuperando su blancura.



Antes de lanzarse al estrellato, Nicole Kidman mostraba más encía al sonreír, lo que creaba una sensación de dientes pequeños, por lo que se sometió a un **tratamiento de remodelado estético gingival** para quitar un poco de tejido de las encías y conseguir así que los dientes parezcan más grandes y mejorar la sonrisa.



También decidió realizar un tratamiento de **ortodoncia para mejorar la inclinación de sus dientes** y apostó por el blanqueamiento dental para aclarar su tono.



Al igual que Nicole Kidman, cuando Miley Cyrus era más joven mostraba mucha encía al sonreír, es lo que se conoce como **"sonrisa gingival"**, por lo que también se sometió a un tratamiento de modelado gingival.



Además, la mejoría de su sonrisa también se debe a un **tratamiento de ortodoncia** realizado durante su adolescencia y a un tratamiento con **carillas de porcelana** para darle una apariencia más completa, blanca y adulta a su sonrisa. Así, ha logrado armonizar y recubrir las piezas que se veían algo más pequeñas, como los incisivos delanteros.



El cambio de Tom Cruise es, sin duda, uno de los más sorprendentes. Cruise, a través de un tratamiento de **endodoncia y coronas de porcelana** restituyó la forma, color y tamaño de los dientes que tenía afectados por fractura o avance de caries.



Además, este famosísimo actor tenía los dientes mal colocados y con alteraciones del color. Para corregirlo, apostó por la **ortodoncia invisible** hace más de una década y para la forma y color, el actor no dudó en usar las carillas para redondear el efecto de la ortodoncia.

Los alineadores transparentes son de quita y pon, lo que le concedía la ventaja de poder quitárselos cuando tenía que actuar o en eventos importantes.



David Beckham es uno de los principales **referentes de estilo masculino**. El exfutbolista inglés siempre llama la atención por su estilismo y sus cuidados de belleza, y su sonrisa no es una excepción. Para conseguirlo, se realizó un **tratamiento protésico con carillas de porcelana** para restituir la alineación, forma, color y función de los dientes.



European Academy of Esthetic Dentistry – EAED



Las Dras. Vilaboa, presidentas locales de la Academia Europea de Odontología Estética (European Academy of Esthetic Dentistry – EAED).

La **EAED**, probablemente la sociedad científica dental más prestigiosa del mundo, ha celebrado en Septiembre su 33ª reunión anual para miembros activos este año en Palma de Mallorca. El grado de "miembro activo" es el máximo rango que otorga la EAED, el cual **sólo ha sido obtenido por menos de 100 dentistas** en todo el mundo, y las **Dras. Vilaboa están entre ellos**.

El propósito de estas reuniones es **establecer protocolos para el tratamiento de situaciones complejas**; en concreto, en esta última edición se abordó la problemática relacionada con el **tratamiento de agenesias** (falta de dientes "de nacimiento") en sector anterior del maxilar. Esta anomalía dental **repercute en la estética de la sonrisa y en la funcionalidad de nuestra boca**, dificultando la pronunciación y la deglución de algunos alimentos.

La agenesia puede afectar tanto a los dientes de leche como a los dientes definitivos, aunque es más frecuente en estos últimos, teniendo una prevalencia entre el 1,6% y el 9,6%. Varios estudios determinan que esta condición tiene un **claro componente hereditario**, pero también es habitual en pacientes con algún tipo de enfermedad sistémica o trastornos genéticos.

Las agenesias **se detectan a edades tempranas**; se realizan una exploración y una radiografía para determinar si los dientes se están desarrollando adecuadamente. Son situaciones complejas en las que **el paciente requiere tratamiento desde muy pequeño y a lo largo de toda su vida**, y las numerosas opciones hacen de esta patología **una de las más complejas y confusas para el dentista**.

Desde un punto de vista clínico, la agenesia puede clasificarse además en dos categorías: **hipodoncia** (cuando tan solo se da la ausencia de alguna pieza dental concreta), **oligodoncia** (ausencia de 6 o más dientes en la arcada superior o inferior) y **anodoncia** (cuando faltan todos los elementos dentarios). Es necesario estudiar de forma exhaustiva la estructura facial y dental del paciente para poder decidir cuál es la mejor técnica en cada caso concreto y elaborar **una buena planificación que garantice el éxito del tratamiento**.

Para esta sesión, la **EAED contó con expertos en la materia** como el Dr. Konrad Meyenberg (Suiza), Prof. Carlo Marinello (Suiza), Dr. Renato Cocconi (Italia), Dr. Franck Bonnet (Francia), Dr. Antoun Hadi (Francia), **Dras. Debora y Beatriz Rodríguez-Vilaboa (España)**. A lo largo de las dos jornadas (viernes 20 y sábado 21) se abordaron diferentes cuestiones con el objetivo de **establecer soluciones exitosas para este desafío**: desde la decisión de **cerrar mediante ortodoncia el espacio del diente perdido o preservarlo para su reemplazo** (en caso de hipodoncia) en función de la clasificación craneofacial; la evaluación de los resultados de la estética facial; la necesidad de recurrir a prótesis fijas o removibles o la posibilidad de colocar implantes dentales en pacientes más jóvenes.

Los profesionales expusieron sus ensayos e investigaciones y debatieron sobre el tema para alcanzar un consenso y unas conclusiones que sirvan como marco de referencia a la hora de enfrentarse a estos casos. Los manuscritos producidos tras la sesión llevada a cabo en Palma serán publicados en revistas científicas de alto impacto, para **contribuir a la formación de dentistas en todo el mundo** y así ayudar a **mejorar el cuidado, diagnóstico y tratamiento de los pacientes**.

¡El equipo de Clínica Vilaboa está muy orgulloso!

Los Dres. Vilaboa y Reuss, hablan de salud bucodental en '¿Qué me pasa doctor?' - Bueno para la salud



La salud bucodental es fundamental para gozar de una buena salud y una buena calidad de vida

Los **doctores Beatriz Vilaboa y José Manuel Reuss**, especialistas de la clínica Vilaboa de Madrid abordaron en el programa '¿Qué me pasa doctor?' de La Sexta diferentes cuestiones relacionadas con la salud bucodental; entre ellas, la importancia de tener una boca sana y cómo la última tecnología en implantes dentales puede reconstruir nuestra sonrisa.

Según la OCU, el 67% de los hogares españoles concede especial importancia a la salud dental, lo que convierte a este factor en uno de los que más influyen en una buena calidad de vida. Esto se debe, principalmente, a que la **salud bucodental es fundamental para gozar de una buena salud**. Como estipuló la doctora Vilaboa, "existe evidencia científica de que la relación entre la salud general y la salud oral es cada vez mayor". Muchas enfermedades que afectan al organismo pueden tener su primera manifestación en la boca.

Las **enfermedades periodontales como la gingivitis o la periodontitis** se encuentran entre las más prevalentes del ser humano. Su principal síntoma es el **sangrado espontáneo de las encías al cepillarse los dientes**. Son provocadas por una mala higiene bucodental o bien por hábitos poco saludables como el tabaquismo.

Lo que muchas personas desconocen es que, además de poder causar deterioro y pérdida de dientes, las enfermedades periodontales **también pueden dar lugar a problemas cardiovasculares, descontrolar la diabetes e incluso complicar un embarazo**.

Las caries, el deterioro de empastes, la ausencia de piezas dentales y la sensibilidad dental, son otros de los **problemas más frecuentes que se encuentran los profesionales de odontología**, y que podrían solucionarse mediante la prevención. Sin embargo, tan solo el 50% de los españoles realiza -al menos- una visita anual a la consulta.

"Visitar al dentista y **mantener una adecuada higiene bucodental** son claves para la salud de la boca", destacó la doctora Vilaboa, quien habla de 'la epidemia del siglo XXI' para referirse a los múltiples factores que favorecen el desgaste dental, propiciados hoy en día por el "ambiente erosivo de la vida del hombre moderno".

En busca de la sonrisa perfecta

En el programa de Bartolomé Beltrán también se abordó la idea de la 'sonrisa perfecta', un ideal perseguido por muchas personas cuando acuden al dentista.

El doctor Reuss, no obstante, matizó que no se pueden encasillar unos dientes perfectos en cualquier boca, sino que "es necesario estudiar la anatomía, la función y la personalidad del paciente para **diseñar una sonrisa imperfecta, pero lo más natural posible para esa persona**".

El doctor Reuss recalcó la importancia de realizar un tratamiento de implantes si el paciente lo necesita porque ha perdido alguna pieza dental. Con los implantes dentales es posible recuperar la estética y la funcionalidad correcta de la boca. Este tratamiento es un **procedimiento sencillo que requiere una adecuada planificación**: "Los implantes se colocan en el hueso siguiendo una estructura determinada y personalizada", explicó el doctor, quien también aseguró que la tasa de éxito de los implantes al cabo de los 10 años, con la prótesis incluida, suele ser superior al 90%.

Si los coloca un profesional y se cuidan adecuadamente, gracias a los implantes el paciente podrá disfrutar durante muchos años de su propia sonrisa perfecta.

¿Qué hace que a las personas les vaya mejor en la vida? Una teoría alternativa sobre la felicidad

“¿Qué es lo que hace que a algunas personas les vaya mejor en la vida?” es una de las preguntas fundacionales que se realiza la Psicología Positiva. Su fundador, Martin Seligman, presentó a finales de los 90 la **Psicología Positiva** como una nueva rama de la Psicología que en lugar de centrarse en lo que “no funciona”, se centró en **lo que hace que las personas evolucionen y se desarrollen** por encima de la media. En este artículo, el psicólogo y coach Andreu Gatuellas nos da algunas claves sobre este tema para intentar acercarnos un poco más a la felicidad.

¿Qué es lo que hace que a las personas les vaya mejor en la vida?

A nivel psicológico hay varias evidencias de cuáles son los factores que hacen que las personas tengan vidas más satisfactorias y más felices, pero en este artículo quiero abordar un planteamiento como mínimo curioso sobre la felicidad: **la Felicidad como precursora del Éxito**.

La verdad es que yo estoy un poco saturado del uso indiscriminado y cansino que se ha hecho sobre el concepto de la felicidad. Por eso quiero arrojar un poco de luz sobre este concepto, y quiero abrir con un planteamiento, como he dicho “curioso”: **la Felicidad no es un resultado, es una condición previa al éxito en la vida**.

Me explico. La Felicidad no es el resultado del éxito, sino al contrario. Este planteamiento es el que han hecho psicólogos como M. Seligman, S. Achor, B. Fredrickson, y Ben-Shahar entre otros que llevan mucho tiempo investigando la felicidad de forma seria y empírica. Su tesis es que nos han “vendido” que seremos felices cuando consigamos algo, cuando alcancemos algo, cuando seamos algo... Pero todos sabemos que esto no es así. Conseguimos trabajos, hacemos viajes, compramos cosas, encontramos pareja, terminamos estudios, cambiamos de casa ... y somos felices un rato, sí, pero después se nos pasa y volvemos al estado de “felicidad inicial”.

Dejadme que os cuente algo al respecto: **tu cerebro está muy bien preparado para sobrevivir, pero muy mal diseñado para que seas feliz**. Evolutivamente nuestro cerebro se ha especializado en buscar peligros, buscar lo que está mal, lo que no funciona, lo que no nos gusta o lo que puede ser amenazador.

Estamos programados para funcionar así, fijándonos más en lo negativo que en lo positivo. Pero dejadme que os de una buena noticia: **estamos programados, pero no condenados**. Y menos lo vais a estar cuando escuchéis 2 cosas que os tengo que contar:

- Tu felicidad depende de las historias que te cuentas.

- La felicidad es precursora y predictora del éxito. Cuanto más feliz seas mejor te irá en la vida.

Empecemos por el segundo punto. La Felicidad es precursora y predictora del éxito por 2 razones:

- **Tu cerebro funciona mejor cuando está contento.**
- **La gente prefiere a las personas que están contentas.**

Un cerebro feliz es mucho más efectivo, más abierto a alternativas, mucho más creativo, retiene mejor la información y aprende más rápido que un cerebro enfadado o en negativo. Es decir, la felicidad le saca el mejor rendimiento cognitivo al cerebro. No puedes ser creativo, ocurrencioso, efectivo y conciliador cuando tu cerebro está en modo “alarma-peligro”, o en modo “agobio-frustración”. **Algunas emociones negativas, en exceso, nos vuelven directamente imbeciles de remate.**

En cambio, cuando estamos de buen humor, cuando sonreímos al mundo, cuando sentimos emociones positivas, nuestro cerebro nos brinda el mejor de sus potenciales, y es cuando podemos ser brillantes, ocurrenciosos, divertidos y conciliadores.

Y quizás algunos piensen: “**Vale muy bien, pero, ¿cómo lo hago para ser feliz?**.” Lejos de pensar que ser feliz o sentirse bien es algo fácil, tengo la certeza por mi experiencia profesional y personal, que ser feliz a muchas personas les resulta tremendamente complicado.

Sí, es verdad, muchas veces ser feliz no es fácil. Pero déjame que te haga una pregunta: ¿Cuándo fue la última vez que tuviste un enfado, una angustia, un cabreo o un momento de estrés? Ahora pregúntate: ¿De verdad era para tanto? La mayoría de las veces no es tan importante, ni tan injusto, ni tan fatal, ni tan urgente, ni tan nada de nada. Algunas veces sí, pero la mayoría no.

Y aquí viene el segundo punto de la narración:

Tu felicidad depende de las historias que te cuentas.

Si te cuentas que es malo, así lo sentirá tu cerebro. Si te cuentas que es indignante, así lo vivirá tu cerebro.

Y todos nos contamos historias que condicionan nuestras emociones y nuestro estado interno. Escoge las historias que te cuentas porque esto va a condicionar tu bienestar y tu salud emocional. No estoy diciendo que nos engañemos, estoy diciendo **que tengamos cuidado con lo que le damos de “comer” a nuestro cerebro**, porque la salud del cerebro depende de los pensamientos que le des de comer a diario.

Os propongo un pequeño ejercicio:

- Dime 3 cosas buenas, agradables, divertidas o bonitas que te hayan pasado los últimos 3 días.

- Ahora cuéntame una cosa que es una realidad en tu vida, que está pasando en tu vida o que has conseguido y de la cual estás agradecido/a.

Hazlo y después dime cómo te sientes. Seguramente sonreirás un poco, y créeme, los demás te prefieren cuando sonríes. Y eso, que los demás te prefieran y se sientan bien contigo, también es un billete al éxito en la vida.



Andreu Gatuellas Gassó
Psicólogo, coach certificado y formador

- Licenciado en Psicología por la Universidad de Barcelona y Coach Certificado por la Universidad de Barcelona
- 17 años de experiencia profesional conformando y gestionando equipos humanos.
- Mas de 5.200 horas de experiencia como psicólogo-coach para profesionales y equipos de trabajo.
- Formador en las reuniones territoriales de BQDC.

Celebración de la primera reunión BQDC en Portugal

Este verano se ha celebrado la primera reunión de socios de BQDC Portugal. Un encuentro que tuvo lugar en la clínica Ortopóvoa de Póvoa de Varzim y que sirvió para reunir a las 11 clínicas dentales de Portugal que forman parte de BQDC.

Los asistentes pudieron compartir experiencias y poner en común conocimientos para seguir formándose cada día, uno de los principales objetivos de BQDC.



Dr. José Nart, nuevo vicepresidente de SEPA:
“Existe una relación entre la periodontitis y un riesgo mayor de sufrir otras patologías”



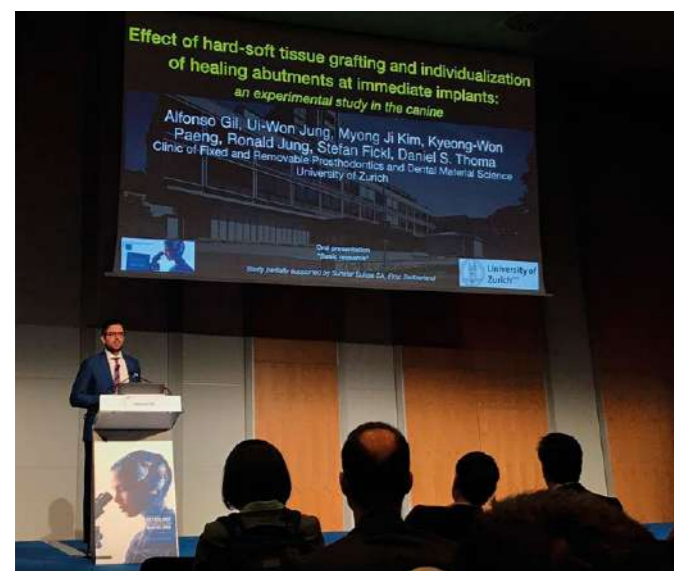
El Dr. José Nart ha sido nombrado vicepresidente de la Sociedad Española de Periodoncia y Osteointegración. El traspaso de poderes a la nueva Junta Directiva se ha producido en el último Congreso SEPA, que reunió a más de 6.000 profesionales de todo el mundo.

¿Qué supone este nombramiento para usted?

Dr. Nart: Supone una responsabilidad enorme al igual que es muy ilusionante. Es la continuidad y un paso más en mi implicación en SEPA desde hace años, y concretamente tras haber desarrollado el cargo de secretario durante los 3 últimos años en la Junta del Dr. Adrián Guerrero.

¿Qué retos y objetivos se marca como vicepresidente de SEPA

Dr. Nart: Los retos y objetivos de la nueva Junta presidida por el Dr. Antonio Bujaldón son la continuidad de los de la anterior, seguir difundiendo la Periodoncia y Salud Bucal entre todos los profesionales de la odonto-estomatología, además de a los pacientes.



¿Qué líneas se quieren reforzar en estos próximos años?

Dr. Nart: Por un lado, queremos llegar con el mensaje al paciente, aumentando sus conocimientos en salud bucal y salud general. Por otro lado, reforzaremos la inclusión de todos en el proyecto SEPA, la innovación en la formación y en los congresos, y la apuesta y promoción de la investigación.

La relación entre la salud dental y general es uno de los aspectos más divulgados por SEPA.

¿Qué avances está habiendo en este campo?

Dr. Nart: La evidencia científica avanza y confirma que existe una relación entre la periodontitis avanzada y un riesgo mayor de sufrir otras patologías sistémicas como infartos de miocardio, partos prematuros, peor control de la diabetes, neumonía aspirativa, y recientemente se ha asociado a algún cáncer e incluso al proceso neurodegenerativo del Alzheimer.

Numerosos miembros de BQDC se dan cita en el Congreso Osteology Barcelona

Varios socios de BQDC han participado en la 9ª edición del International Osteology Symposium, uno de los acontecimientos científicos más destacados a nivel mundial en el campo de la Osteología.

El Dr. Mariano Sanz, presidente de Osteology Foundation, fue el encargado de abrir la reunión y también de ofrecer una ponencia sobre avances en terapias de regeneración periodontal. Por su parte, el Dr. Ignacio Sanz Martín impartió otra charla sobre tejidos blandos y las principales complicaciones que pueden surgir.

Algunos doctores de BQDC también participaron como moderadores de las conferencias del Simposio: el Dr. Alberto Sicilia, el Dr. Ion Zabalegui o el Dr. José Nart.

Asimismo, queremos destacar el papel del Dr. Alfonso Gil, que también participó con una presentación sobre la cicatrización de implantes inmediatos que fue galardonada con un Premio de investigación.



El Dr. Juanjo Iturralde y la Dra. Giráldez, coautores del Libro Blanco del Blanqueamiento Dental

El Dr. Juanjo Iturralde ha participado en la publicación del Libro Blanco del Blanqueamiento Dental, un libro en el que se explica todo aquello que se debe saber sobre este tratamiento y en el que también ha participado la Dra. Isabel Giráldez, de Clínica CIRO.

El Dr. Juanjo Iturralde es el responsable del capítulo sobre blanqueamiento dental a domicilio, en el que se aborda la técnica de blanqueamiento dental domiciliario en dientes vitales, en el que se emplean agentes blanqueadores como el peróxido de hidrógeno y el peróxido de carbamida.



Por su parte, la Dra. Isabel Giráldez es la autora del capítulo 5, “Manejo de situaciones comprometidas”, en el que hace referencia a las manchas por tetraciclina y las manchas por hipocalcificación del esmalte. Asimismo, también hace referencia a la hipersensibilidad, que es el efecto adverso que aparece con mayor frecuencia tras realizarse un blanqueamiento dental.

Las reuniones territoriales de BQDC, todo un éxito

Desde BQDC queremos acercarnos a las clínicas que componen nuestra asociación y generar oportunidades para conocernos mejor, aprender y crecer juntos. Como dice nuestro eslogan “Juntos somos mejores”.

Por ello, a las tres reuniones que celebramos cada año, hemos añadido a nuestro calendario reuniones territoriales distribuidas a lo largo de todo el país.



Durante las jornadas se han celebrado diferentes actividades, como debates sobre las áreas de mejora de la clínica, sesiones formativas sobre ventajas competitivas, así como espacios para el networking y la convivencia.

Los objetivos principales de estas reuniones han sido permitir que los equipos de las diferentes clínicas de BQDC se conozcan mejor, acercar BQDC a todo el personal de las clínicas y tener en cuenta los distintos perfiles profesionales que forman los equipos.

Participación de los socios de BQDC en el prestigioso Congreso de la EAO

Numerosos socios de BQDC han participado en la reunión anual de la Asociación Europea de Osteointegración (EAO) que se ha celebrado en Lisboa.

El Congreso de la EAO es el evento profesional más prestigioso a nivel internacional del campo médico de los implantes dentales. Este año ha estado presidido por el doctor Gil Alcoforado, también socio de BQDC, y ha acogido a cerca de 3.000 asistentes de unas 80 nacionalidades

En este espacio, los doctores han presentado diferentes ponencias o participado en alguno de los debates organizados en torno a la Implantología. Destaca la participación de los doctores Mariano Sanz, Alberto Sicilia, Ion Zabalegui, Alfonso Gil, Ignacio Sanz, José Nart y Juan Blanco.



Por otra parte, los jóvenes doctores de BQDC también participaron en este congreso. En la sesión centrada en la recesión alrededor de los implantes, el Dr. Alfonso Gil habló sobre el tratamiento de estas recesiones con la técnica VISTA. Asimismo, el Dr. Ignacio Sanz ofreció una conferencia sobre el tratamiento de la periimplantitis.

Récord de asistencia en el Congreso SEPES-IFED, copresidido por el Dr. Jaime Gil, socio de BQDC

En octubre se ha celebrado el Congreso Mundial de Estética Dental, organizado por la Sociedad Española de Prótesis Estomatológica y Estética (SEPES) y la Federación Internacional de Estética Dental (IFED), presidida por el Dr. Jaime Gil, socio de BQDC.

El Congreso ha sido todo un éxito de asistencia y participación, con la presencia de más de 4.200 asistentes de más de 50 países.

El objetivo principal del Congreso era reunir a diferentes especialistas de Estética Dental para que todos los congresistas conozcan los principales avances y cómo se trabaja en las clínicas más punteras y puedan aplicar esos métodos a sus prácticas diarias.

Entre los ponentes, destaca la presencia de diferentes socios de BQDC como el Dr. Ion Zabalegui, el Dr. Javier Casas, el Dr. José Manuel Navarro o los doctores Xavier Rodríguez y Xavier Vela.



Continúa la tercera edición del Programa de Dirección y Gestión de Clínicas Dentales

La tercera edición de nuestro Programa de Dirección y Gestión de Clínicas Dentales (PDG) se ha puesto en marcha este año con una novedad importante: el formato "blended", es decir, combinamos sesiones presenciales con sesiones online.

Las tres sesiones presenciales van a permitir a los alumnos fomentar el networking, mientras que las restantes siete sesiones online, facilitan el ahorro de costes y favorecen la conciliación. Todo ello con los mismos contenidos de calidad de otros años.



El Dr. Mariano Sanz, nombrado "Dentista del Año"

"Cada vez conocemos mejor la causa de las enfermedades periodontales, lo que nos permite personalizar los tratamientos"



El Dr. Mariano Sanz, socio de BQDC y director de la clínica Sanzmar de Madrid, ha sido nombrado Dentista del Año por el Consejo General de Dentistas de España.

Recibe esta distinción en **reconocimiento a toda su trayectoria en el campo de la Periodoncia**, combinando su trayectoria profesional y académica. Un premio que se suma a la distinción que ya recibió por parte de SEPA hace unas semanas.

¿Qué supone este nombramiento para usted?

Dr. Mariano Sanz: Este nombramiento supone **no solo una gran satisfacción personal, sino también un reconocimiento a mi larga trayectoria** en el mundo académico y científico por parte del Consejo General de Odontólogos y Estomatólogos.

Es importante que la profesión organizada reconozca la labor que realizamos en las universidades, no solo formando a los futuros profesionales, sino también creando nuevo conocimiento mediante investigación.

¿Qué le llevó a especializarse en Periodoncia?

Dr. Sanz: Fundamentalmente esta **mezcla de ciencia y práctica** que característicamente define el estudio de las enfermedades periodontales.

La periodontitis es una enfermedad inflamatoria crónica de base infecciosa que **comparte muchas características con la mayoría de las enfermedades crónicas** que afectan a nuestro organismo, por lo que su estudio implica combinar conocimientos en microbiología, en inmunología y en medicina general, lo que lo hace muy atractivo.

Igualmente, su tratamiento involucra **combinar terapéuticas médicas y quirúrgicas** que permite al especialista en Periodoncia adquirir múltiples competencias.

¿Cómo está evolucionando la Periodoncia? ¿Qué destacaría de los últimos descubrimientos o avances?

Dr. Sanz: Por un lado, cada vez conocemos mejor la causa y la patogenia de las enfermedades periodontales, lo que nos permite **personalizar los tratamientos y dependiendo de las características diagnósticas de cada paciente** aplicar distintas terapéuticas, y por otro disponemos de nuevas tecnologías quirúrgicas y biológicas para la aplicación de terapéuticas reconstructivas eficaces.

Además, la Periodoncia ha participado muy activamente en los avances científicos y tecnológicos de la moderna terapéutica con implantes dentales, lo que permite al Periodoncista tener la mejor capacitación tanto para preservar la dentición natural mediante eficaces terapéuticas periodontales, como para **utilizar los últimos avances en implantes dentales y terapéuticas óseas regenerativas** para rehabilitar la dentición perdida.

Destaca por su gran trayectoria profesional y también académica... ¿Sobre qué temáticas está trabajando actualmente?

Dr. Sanz: Nuestro grupo de investigación en la Universidad Complutense de Madrid trabaja en distintas líneas de investigación que van desde el **estudio de la etiología y patogenia de las enfermedades periodontales** y peri-implantarias, al estudio de **tratamientos eficaces** para tratarlas.

Específicamente estamos muy interesados en desarrollar tratamientos reconstructivos eficaces y predecibles tanto para tratar lesiones periodontales, como defectos en los huesos maxilares que condicionan la terapéutica con implantes dentales.

Recientemente también ha sido homenajeado en el Congreso SEPA. Ha sido un gran año para usted. ¿De qué está más orgulloso?

Dr. Sanz: Estoy **encantado en recibir estos reconocimientos**, tanto por parte de la profesión como por SEPA. Para mí SEPA es muy especial ya que la mayor parte de mi carrera profesional se ha desarrollado asociada a actividades de esta Sociedad Científica, por lo que este homenaje ha sido muy especial.

Además, en nuestro **programa Master en Periodoncia que este año cumple 30 años desde que sacamos la primera promoción de periodoncistas**, se ha formado un importante número de los miembros especialistas de SEPA, por lo que este homenaje, ha sido también de los periodoncistas formados en nuestro programa, lo que ha sido especialmente gratificante, ya que el cariño y apreciación de tus antiguos alumnos es lo que más hace sentirse satisfecho a un profesor de universidad.



“Comprometidos BQDC”

El compromiso de las clínicas dentales BQDC con nuestro entorno

La responsabilidad es el pilar fundamental de las clínicas dentales BQDC sobre el que basamos nuestra misión de contribuir a la mejora de la salud de las personas.

Nuestro compromiso con la sociedad se extiende también a otras áreas con el objetivo de generar la confianza y el respeto de todos aquellos con quienes trabajamos, asegurando prácticas éticas y sostenibles.

Cuidamos de nuestros colaboradores, promovemos valores positivos de la mano de la salud y el deporte, y nos esforzamos en contribuir positivamente en las comunidades en las que vivimos.

Las clínicas dentales de BQDC están plenamente comprometidas con estos valores y realizan de forma habitual acciones de responsabilidad social. Promoción de actividades saludables, apoyo escolar o la participación en acciones solidarias en países desfavorecidos son solo algunos ejemplos.

Visita nuestra web para conocer todas las acciones que llevan a cabo las clínicas: <https://bqdc.dentalcenters.es/comprometidos-bqdc/>



Compromiso por la salud, el bienestar y el deporte



Compromiso con la reducción de desigualdades sociales



Compromiso por el empleo, la igualdad de oportunidades y la formación



Compromiso por un desarrollo responsable de la Odontología

Algunas acciones recientes que muestran el compromiso de nuestras clínicas



¿Tienes sanas tus encías?

La enfermedad periodontal o de las encías aparece cuando los tejidos que dan soporte a los dientes se inflaman, debido al continuo depósito de bacterias que se acumulan sobre la superficie dentaria.

Si crees que puedes tener gingivitis o periodontitis te recomendamos que hagas nuestro test de enfermedad periodontal para detectarlo respondiendo a 10 simples preguntas.



	Sí	No
¿Tienes mal aliento?.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
¿Notas espacios entre tus dientes?.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
¿Tus dientes parecen más largos que antes?.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
¿Tienes sensibilidad a alimentos y bebidas frías?.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
¿Sientes que algún diente se mueve?.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
¿Tus padres o hermanos han padecido enfermedades de las encías?.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
¿Eres fumador?.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
¿Eres diabético?.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
¿Eres hipertenso?.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
¿Tus encías sangran?.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Tres o menos síes

Riesgo bajo de padecer enfermedad periodontal

¡Enhorabuena! La salud de tus encías es buena, pero no olvides que es necesario acudir un mínimo de dos veces al año a la consulta de tu dentista para evitar futuros problemas dentales. No descuides tu higiene bucal, recuerda cepillarte los dientes tras cada comida, usar con frecuencia el hilo dental y utilizar colutorios que complementen tu rutina de higiene.

Entre cuatro y seis síes

Riesgo moderado de padecer enfermedad periodontal

La salud de tus encías puede mejorar. Es importante eliminar adecuadamente las bacterias que se acumulan alrededor de tus encías y dientes. La forma más efectiva para ello es estableciendo una rutina diaria de higiene dental en la que se incluya el cepillado tras cada comida, combinado con el uso del hilo dental y un colutorio. Además, es conveniente acudir al dentista para que esta enfermedad no evolucione hacia otro estado de mayor deterioro.

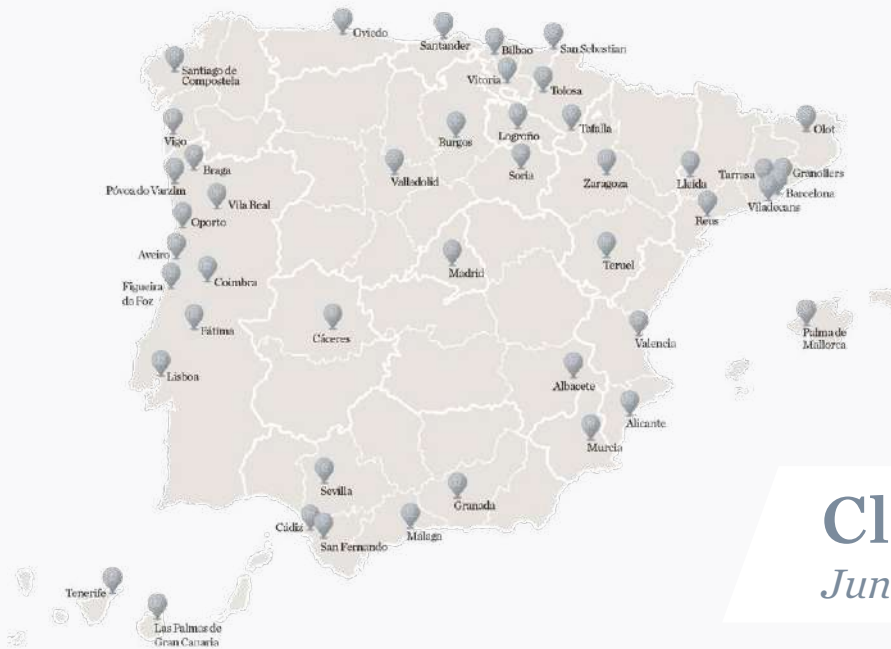
Siete o más síes

Riesgo alto de padecer enfermedad periodontal

¡Cuidado! Tus encías pueden estar infectadas tras haber estado expuestas durante demasiado tiempo a la placa bacteriana y haberse acumulado sarro en los dientes. Es importante que acudas a tu dentista para que realice una exhaustiva exploración de tu boca, controle los factores de riesgo de la enfermedad y establezca un tratamiento adecuado a las necesidades de tu boca y dientes.

El resultado de este test es solo orientativo.

Para unos resultados precisos, **no dudes en pedir una revisión en la clínica BQDC en la que te encuentras.**



Clínicas BQDC

Juntos mejoramos para ti

VILABOΛ
SALUD Y ESTÉTICA DENTAL
www.clinicavilaboa.es

Dirección

Calle de Hermsilla, 31 - 28001 Madrid

Teléfono

(+34) 915 765 429 / (+34) 915 780 151

Email

info@clinicavilaboa.es

Clínicas dentales de España

A Coruña

Clinica Blanco Ramos (Santiago de Compostela)

Álava

Clinica Dental Mozas (Vitoria)

Albacete

Clinica Dental Rafael Pla (Albacete)

Alicante

Clinica Alcaraz (Alicante)

Clinica Dental Casas y Suárez (Alicante)

Asturias

Clinica Sicilia (Oviedo)

Baleares

Fábregues Centro Odontológico Avanzado (Palma de Mallorca)

Barcelona

Estoclinic (Terrassa)

Clinicas Vela-Segalá (Viladecans y Sant Celoni)

Cambra Clinic (Barcelona)

Nart Clínica Dental (Barcelona)

Clinica Vallcorba (Barcelona)

Instituto Maxilofacial (Barcelona)

Clinica Dental Costa Codina (Granollers)

Burgos

Nuño Gil Odontología Avanzada (Burgos)

Cáceres

Clinica Dental Cabezas (Cáceres)

Cádiz

Clinica Dental Brasilocho (Cádiz)

Clinica Dental Manuel M^o Romero (San Fernando)

Cantabria

Clinica Ruiz-Capillas (Santander)

Girona

OCLINIC - Dr. Josep Vila (Girona)

Granada

Clinica Noguero (Granada)

Guipúzcoa

Gastaminza Aperribay (San Sebastián)

Clinica Dental De Maeztu (Tolosa)

Las Palmas

Centro Brånemark (Las Palmas de Gran Canaria)

Lleida

Centro Brånemark (Lleida)

Logroño

Clinica Dental Pedro Barrio (Logroño)

Madrid

Clinica Dental Vilaboa (Madrid)

Clinica Ciro (Madrid)

CIMPLA (Madrid)

Clinica Sanzmar (Madrid)

Málaga

Clinica Dental Crooke & Laguna (Málaga)

Navarra

Clinica Dental Iturralde (Tafalla)

Pontevedra

Clinica Dr. Grandío (Vigo)

Sevilla

Coinsol Dental (Sevilla)

Gallego Odontología Avanzada (Sevilla)

Soria

Clinica Rafael Peñuelas (Soria)

Tarragona

Clinica Dental Roche (Reus)

Tenerife

Perioten (Tenerife)

Teruel

Clinica Dental Julián y Valderas (Teruel)

Valencia

Clinica Carrasquer de Odontología Integrada (Valencia)

Clinica Perios Lorca Salanova (Valencia)

Valladolid

Clinica Galván Recoletos Cuatro (Valladolid)

Vizcaya

Dr. Jaime Gil - Albia Clínica Dental (Bilbao)

Dr. Ion Zabalegui - Albia Clínica Dental (Bilbao)

Centro Dental el Parque (Bilbao)

Zaragoza

Lorente Ortodoncia (Zaragoza)

Clinica Dental Doctor Loscos (Zaragoza)

Clínicas dentales de Portugal

Aveiro

Instituto Português de Medicina Dentária (Aveiro)

Braga

Regiclínica - Clínica Medicina Dentária (Braga)

Coimbra

Dentistoral Medica (Coimbra)

Fatima

Remiclínica - Clínica Médica e Dentária (Fatima)

Figueira da Foz

Clinica Abadias (Figueira da Foz)

Lisboa

Clinica Alcoforado (Lisboa)

Instituto de Implantologia (Lisboa)

Porto

CEPI-Centro de Estética, Periodontología e Implantes (Porto)

Centro Dentário Pediátrico (Porto)

Povoa de Varzim

Ortopóvoa (Povoa de Varzim)

Vila Real

Dentereal - Clínica Dentária (Vila Real)



www.bqdentalcenters.es