



GUÍA TAND · CLÍNICA DENTAL

Limpieza dental: la guía de la cita más barata que te ahorra todas las demás

Por qué la prevención es la mejor inversión que harás por tu boca, qué incluye una limpieza profesional y cómo saber si la haces a tiempo

Lectura 7 min

Limpieza y Prevención

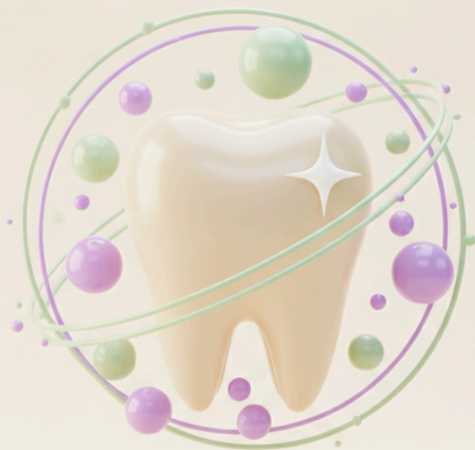
Querétaro

● Por qué esta guía

Posponer la limpieza es de lo más fácil del mundo: no duele, no urge, "el mes que entra voy". Pero esa cita que parece prescindible es justo la que evita las caras: las caries, las endodoncias, los tratamientos de encías. Esta guía te explica qué hace de verdad una limpieza profesional, cada cuánto la necesitas y cómo distinguir una revisión seria de un trámite express.

● Qué es la profilaxis y cuándo te toca

La profilaxis dental es la limpieza profesional que hace el dentista cada seis meses. Elimina el sarro y la placa que tu cepillo diario no alcanza, sobre todo en la línea de la encía y entre los dientes. Pero no solo limpia: también detecta caries en etapa inicial, revisa tus encías y te enseña a cepillarte mejor según tu boca.



La limpieza profesional protege tus dientes donde el cepillo no llega

Tiene sentido agendarla cuando:

- Han pasado 6 meses o más desde tu última limpieza.

- Notas sarro acumulado, manchas o un cambio en tu aliento.
- Tienes las encías inflamadas, rojas o que sangran al cepillar.
- Quieres revisar el estado general de tus dientes antes de decidir algo.
- Acabas de terminar ortodoncia o prótesis.
- Tus hijos necesitan su primera revisión.

● La matemática silenciosa de no ir

El sarro que no se quita no se queda quieto: irrita la encía, la inflama y abre la puerta a la enfermedad periodontal, que es la principal causa de pérdida de dientes en adultos. La caries que hoy es una manchita, en seis meses puede ser una caries que necesita resina, y en un año una que necesita endodoncia y corona.

Dicho simple: la limpieza es la cita más barata de la odontología, y es justo la que evita las más caras. No es un gasto recurrente molesto; es el seguro de toda tu inversión dental.

● Tus dudas reales, respondidas sin rodeos

¿La limpieza daña el esmalte? No. El ultrasonido y las curetas están diseñados para quitar sarro sin dañar el esmalte sano. El pulido posterior incluso deja la superficie más lisa, así la placa se adhiere menos.

¿Por qué me sangran las encías cuando me limpian? El sangrado no lo causa la limpieza: es una inflamación que ya tenías (gingivitis) por acumulación de placa. Tras la limpieza y con buena higiene, el sangrado debe desaparecer en pocos días.

¿Cada cuánto me toca? La regla general es cada 6 meses. Si acumulas mucho sarro, tienes enfermedad de encías o traes ortodoncia, puede ser cada 3 o 4 meses.

¿Incluye radiografías? La revisión de rutina es clínica. Si el dentista detecta una zona que necesita radiografía para confirmar algo, se toma en la misma cita con un costo adicional mínimo, y te lo dice antes.

● Cuánto cuesta de verdad (y por qué la claridad importa)

En TAND, la limpieza dental en Querétaro es **desde \$700 MXN** e incluye profilaxis profesional y revisión completa. Si quieres combinar la valoración con limpieza, el costo es de \$1,000. Si en la revisión se detecta sarro profundo o enfermedad de encías, el tratamiento adicional se cotiza en la misma cita, sin presión y sin sorpresas: te explican qué encontraron, por qué y cuánto, y tú decides.

Ese es el punto. Una limpieza honesta no se convierte de la nada en un presupuesto enorme. Si necesitas algo más, te lo muestran y lo entiendes antes de aceptar nada.

● Cómo es la cita, paso a paso

1. **Revisión completa.** El dentista evalúa encías, dientes y tejidos blandos, y registra hallazgos como caries incipientes, desgaste o signos de bruxismo. 2. **Remoción de sarro y placa.** Con ultrasonido y curetas se elimina el cálculo de la línea de la encía y entre los dientes. 3. **Pulido y flúor.** Se pule el esmalte para quitar manchas superficiales y se aplica flúor para remineralizar. 4. **Orientación personalizada.** Te muestran dónde acumulas más placa y te enseñan la técnica de cepillado e hilo dental adecuada para tu boca.

● Errores comunes y señales de alarma

- **Esperar a que algo duela.** Cuando duele, casi siempre ya es un problema más caro. La limpieza es justamente para llegar antes.
- **Pensar que cepillarse bien sustituye la limpieza profesional.** El sarro endurecido solo se quita con instrumentos profesionales, por muy bien que te cepilles.
- **Ignorar el sangrado de encías.** No es normal; es la primera señal de gingivitis.
- **Saltarse el control semestral después de un tratamiento caro.** Es lo que protege la inversión que ya hiciste.

● Antes de decidir, revisa

☐ ¿Cuándo fue mi última limpieza? (Si no recuerdas, ya te toca.)

☐ ¿Me sangran las encías al cepillar?

☐ ¿La cita incluye revisión completa, no solo el pulido?

☐ Si encuentran algo, ¿me lo explican y cotizan antes de hacerlo?

☐ ¿Me enseñan la técnica de cepillado adecuada para mi boca?

☐ ¿Cada cuánto debería volver según mi caso?

☐ ¿Es buen momento para llevar también a mis hijos?

● El siguiente paso, sin compromiso

No esperes a que duela. Escríbenos por WhatsApp y agenda tu limpieza y revisión en TAND. Si quieres aprovechar para checar todo, la valoración con limpieza cuesta \$1,000.

La cita más barata es la que previene todo lo demás. Aquí te decimos la verdad sobre tu boca, sin venderte lo que no necesitas.

Esta guía es informativa y no sustituye una valoración profesional. Cada caso requiere un diagnóstico individual.

Tu siguiente paso, sin compromiso

Empieza con una videovaloración en línea gratuita con un dentista. Aquí nadie te ve la cara: te vemos a ti.

Agenda tu videovaloración gratuita