



GUÍA TAND · CLÍNICA DENTAL

Encías que sangran: la guía para no perder tus dientes por descuido

La periodontitis es silenciosa y es la causa número uno de pérdida de dientes en adultos. Cómo detectarla a tiempo y qué esperar del tratamiento

Lectura 8 min

Periodoncia

Querétaro

● Por qué esta guía

Si tus encías sangran al cepillar, se ven inflamadas o sientes que un diente "se mueve", tu cuerpo te está avisando algo importante. Muchos lo dejan pasar porque no duele, hasta que es tarde. Esta guía te explica qué es la enfermedad de las encías, por qué es tan silenciosa y peligrosa, y cómo actuar a tiempo para conservar tus dientes. Sin alarmismo y sin tecnicismos.

● Qué es la periodontitis y por qué importa tanto

La periodontitis (lo que muchos conocen como piorrea) es una infección bacteriana que destruye el hueso y los tejidos que sostienen tus dientes. Empieza como gingivitis (encías inflamadas que sangran) y, si no se trata, avanza hasta que el diente pierde su anclaje y se cae. Es la principal causa de pérdida dental en adultos.



Encías sanas: la base firme que sostiene tus dientes

Conviene atenderla cuando:

- Tus encías sangran con frecuencia al cepillar o usar hilo dental.

- Tienes encías rojas, inflamadas o que se "bajan" y exponen las raíces.
- Sientes que tus dientes se mueven o se están separando.
- Tienes mal aliento persistente que no mejora con cepillado.
- Tu dentista o médico te recomendó checar tus encías (especialmente si tienes diabetes).
- Ya perdiste dientes por las encías y quieres proteger los que quedan.

● El enemigo silencioso: por eso es tan traicionero

Aquí está lo más importante de toda la guía: la periodontitis casi no duele hasta que está avanzada. No hay un dolor que te empuje a actuar, así que la mayoría de las personas la ignora durante años. Mientras tanto, el hueso que sostiene los dientes se va perdiendo, y el hueso perdido no se recupera.

Por eso la señal a la que sí debes hacer caso es el sangrado. Las encías sanas no sangran. Si sangran, hay inflamación, y la inflamación es la antesala de algo más serio. Actuar cuando ves la primera señal es lo que marca la diferencia entre conservar tus dientes o perderlos.

● Tus dudas reales, respondidas sin rodeos

¿La enfermedad de las encías tiene cura? Depende de la etapa. La gingivitis (sin pérdida de hueso) es reversible con limpieza y buena higiene. La periodontitis (con pérdida de hueso) no se cura del todo, pero se controla: el tratamiento detiene la progresión y estabiliza la enfermedad. Conservar tus dientes es totalmente posible si actúas.

¿Por qué me sangran las encías? El sangrado al cepillar es la señal más temprana de gingivitis, por acumulación de placa. No es normal. Si persiste más de una semana con buena higiene, conviene una revisión.

¿Duele el raspado y alisado radicular? Se hace con anestesia local por cuadrante, así que el procedimiento es cómodo. Puede haber sensibilidad los días siguientes, sobre todo a temperaturas extremas, mientras las encías cicatrizan.

¿La diabetes afecta mis encías? Sí, y es una relación de doble vía: la diabetes mal controlada aumenta el riesgo de periodontitis, y la periodontitis dificulta controlar la glucosa. Si tienes diabetes, tus revisiones deben ser más frecuentes.

● Cuánto cuesta de verdad (y por qué el plan por fases importa)

En TAND, el tratamiento periodontal en Querétaro se trabaja por fases, **desde \$1,000 MXN por fase** para limpieza. El plan completo depende de cada caso: cuántos cuadrantes están afectados y la severidad. Si se requiere cirugía periodontal, se cotiza por separado.

Trabajarlo por fases no es para cobrarte más: es porque la enfermedad se trata por etapas y se reevalúa cómo responde tu tejido antes de decidir el siguiente paso. En cada fase sabes

qué se va a hacer y cuánto cuesta, con presupuesto claro por escrito. Hay financiamiento hasta 6 meses sin intereses.

● Cómo es el tratamiento, paso a paso

1. **Periodontograma y diagnóstico.** Se miden los sacos de las encías con una sonda y se evalúa la pérdida de hueso con radiografías. Se clasifica la severidad. 2. **Fase higiénica.** Instrucción intensiva de higiene para controlar la placa en casa, más raspado por encima de la encía con ultrasonido. 3. **Raspado y alisado radicular.** Con anestesia local se elimina el sarro de las raíces dentro del saco, para que la encía pueda cicatrizar. 4. **Reevaluación a las 6 a 8 semanas.** Se ve cómo respondió el tejido y se decide si hace falta cirugía o se pasa a mantenimiento. 5. **Mantenimiento periodontal.** Limpiezas cada 3 a 4 meses. Este mantenimiento es lo que conserva los dientes a largo plazo.

● Errores comunes y señales de alarma

- **Pensar que "es normal" que sangren las encías.** No lo es. Es la señal más clara y la más ignorada.
- **Abandonar el mantenimiento.** La periodontitis es crónica: sin las limpiezas de control cada 3 a 4 meses, regresa.
- **Esperar a que duela o a que un diente se afloje.** Para entonces ya se perdió hueso que no vuelve.
- **Descuidarla teniendo diabetes.** Es justo cuando más riesgo hay y más vigilancia se necesita.

● Antes de decidir, revisa

☐ ¿Me sangran las encías al cepillar o usar hilo?

☐ ¿Me hicieron un periodontograma para medir el estado real de mis encías?

☐ ¿Me explicaron en qué etapa estoy y qué es realista esperar?

☐ ¿El plan por fases viene con presupuesto claro por escrito?

☐ ¿Cada cuánto necesitaré mantenimiento para conservar el resultado?

☐ Si tengo diabetes, ¿se contempló en mi plan?

☐ ¿Qué cambios de higiene en casa necesito hacer?

● El siguiente paso, sin compromiso

Si tus encías sangran, no lo dejes para después: es la señal a la que sí hay que hacer caso. Empieza con una **videovaloración en línea gratuita** con un dentista, o agenda la presencial con escaneo 3D (\$750, \$1,000 con limpieza) para un diagnóstico completo. También puedes escribirnos por WhatsApp.

Salvar las encías es salvar los dientes que sostienen. Aquí te acompañamos a tiempo.

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