Efectos sociales y psicológicos de la salud oral y la estética



El rostro, a través de la sonrisa, es nuestro retrato ante el mundo y puede tener un efecto en nuestra autoestima y la de los demás. Un estudio sobre 190 adolescentes y jóvenes adultos demostró cómo la apariencia dental influye en la confianza sobre uno mismo, especialmente en los jóvenes.



¿Cuándo la estética dental puede afectar la confianza?

Problemas como:

Dientes torcidos o apiñados | Caries | Espacios entre dientes
Lesiones dentales | Alteraciones visibles de la sonrisa

pueden provocar:

Inseguridad al sonreír | Evitar fotografías | Timidez
Preocupación excesiva por la apariencia
Menor satisfacción con la imagen personal



Hábitos que pueden marcar la diferencia en la apariencia de tu sonrisa

- Cepíllate los dientes al menos dos veces al día con pasta fluorada
- Usa hilo dental diariamente
- Mantén una alimentación balanceada y limita el consumo de azúcares
- Visita regularmente a tu dentista cada seis meses
- Consulta sobre los tratamientos en tu cubierta disponibles para restauraciones y correcciones dentales

*La información aquí brindada se proporciona sólo con fines educativos y no para llegar a un diagnóstico. Delta Dental of Puerto Rico, Inc. no endosa ninguna marca de productos de salud oral. Dudas y preguntas sobre cobertura y limitaciones de servicios comuníquese con nuestro centro de llamadas. 1-866-622-6120.

Militi, A., Sicari, F., Portelli, M., Merlo, E. M., Terranova, A., Frisone, F., Nucera, R., Alibrandi, A., & Settineri, S. (2021). Psychological and Social Effects of Oral Health and Dental Aesthetic in Adolescence and Early Adulthood: An Observational Study. *International journal of environmental research and public health*, *18*(17), 9022. https://doi.org/10.3390/ijerph18179022

DELTA DENTAL®

Social and Psychological Effects of Oral Health and Dental Aesthetics



Your smile is one of the first things people notice about you and can have a significant impact on both your self-esteem and how others perceive you. A study involving 190 adolescents and young adults found that dental appearance can strongly influence self-confidence, particularly among younger individuals.



When Can Dental Aesthetics Affect Confidence?

Problems such as:

Crooked or crowded teeth | Tooth decay (cavities)
Gaps between teeth | Dental injuries
Visible smile imperfections

can lead to:

Feeling self-conscious about smiling | Avoiding photographs
Shyness | Excessive concern about appearance
Lower satisfaction with personal appearance



Habits That Can Make a Difference in the Appearance of Your Smile

- rush your teeth at least twice a day with fluoride toothpaste
- Floss daily
- Maintain a balanced diet and limit sugar consumption
- Visit your dentist regularly every six months
- Ask about the treatments available under your dental coverage for restorations and orthodontic corrections

*The information provided herein is for educational purposes only and not for diagnostic purposes. Delta Dental of Puerto Rico, Inc. does not endorse any brand of oral health products. If you have any questions about coverage and limitations of services, please contact our call center. 1-866-622-6120.

American Dental Association. (n.d.). *The Caregiver's Guide to Dental Health*. https://www.mouthhealthy.org/life-stages/adults/caregivers-guide-adults-over-60

DELTA DENTAL®