

# Etapas del cuidado bucodental

INFORMACIÓN A PRENSA

1. LA ETAPA DE LOS HÁBITOS
2. LA ETAPA DE LA ACEPTACIÓN SOCIAL
- 3. LA ETAPA DE LA FORMACIÓN**
4. LA ETAPA DE LA INDEPENDENCIA
5. LA ETAPA DE LA ESTABILIDAD
6. LA ETAPA DEL RELANZAMIENTO
7. LA ETAPA DE LA MADUREZ

6ª Edición



## “¡ No llegues muy tarde..!”

Hace tanto tiempo que no escuchabas esta frase, que se te han puesto los pelos de punta sólo con leerlo... A partir de los 18 y hasta los 24 años llegamos a la tercera etapa de la vida, la de **LA FORMACIÓN**. Este periodo viene marcado por el **recién estrenado derecho al voto**, gracias al cual nos convertimos en ciudadanos de pleno derecho, ¡y estamos dispuestos a demostrarlo!

- Aproximadamente el 40% de los jóvenes con edades comprendidas entre los 18 y los 24 años se cepillan los dientes dos veces al día.
- Más del 53% de ellos acude al dentista, al menos, una vez al año, que es la periodicidad recomendada por los especialistas.
- Solo el 30% de los jóvenes de 18 a 24 años cambian el cepillo de dientes cada tres meses, que es el tiempo que tardamos en gastarlo si nos cepillamos 3 veces al día.

### 3ª ETAPA: LA FORMACIÓN

La etapa de la mayoría de edad es también la de la “gran Formación”, tanto universitaria como profesional. Es una época importante en la vida de cualquier joven, decisiva para su futuro, ya que en ella **deciden a que se quieren dedicar en la vida, y muchas veces también conocen a su futura pareja**.

Son momentos que generalmente se viven con pasión, libertad y una cierta despreocupación. **Suelen mantenerse los hábitos de higiene adquiridos en las etapas anteriores, y si han sido correctos dan sus frutos**. En caso contrario es labor del dentista, y ya no de los padres (los jóvenes a estas edades tienden a oponerse a la autoridad paterna), hacerles ver sus errores y colaborar con ellos en la mejora de los hábitos de higiene y salud bucodental.

En esta etapa de la vida, y más aún si tenemos en cuenta el precio actual de la vivienda, **los jóvenes siguen viviendo en casa de sus padres**, por lo que los progenitores continúan sufragando los productos de higiene bucodental, e incluso, la factura del dentista.

Estos son unos años en los que la demanda de atención dental suele darse en menor medida, ya que los tratamientos más costosos ya se han realizado en la etapa anterior (ortodoncia, caries...) gracias a la presión de los padres. Además, el cuidado personal, ya sea relacionado con la forma de cepillarse los dientes, como con el control de la dieta cariígena, está mucho más consolidado. De todas formas, cuando son necesarios tratamientos dentales no suelen posponerse mucho tiempo, y generalmente el joven acude a solucionar sus problemas rápidamente.

Esta etapa termina con el comienzo de la actividad profesional remunerada, y con la tan deseada independencia.

#### RECOMENDACIONES ESPECÍFICAS PARA ESTA ETAPA:

- 1.- **No podemos olvidarnos de los hábitos adquiridos. Incluso cuando lleguemos tarde y cansados a casa, no debemos acostarnos sin una buena higiene bucodental. La ayuda del hilo dental empieza a ser importante y el colutorio un magnífico aliado.**
- 2.- **Las visitas preventivas al dentista, aunque no nos molesten nada, siguen siendo muy importantes.**
- 3.- **Hay que recordar que el cepillo de dientes debe cambiarse cada 3 meses, que es el tiempo que tardamos en gastarlo si realmente nos cepillamos 3 veces al día: 4 cepillos al año.**

Para más información:  
LLORENTE & CUENCA  
María Cagigas  
mcagigas@llorenteycuenca.com  
Tel: 91 563 77 22

[www.colgate.es](http://www.colgate.es)

**Colgate**. Marca Recomendada por dentistas españoles

