

MAYO 1999 450 PTAS. - 2,70 EUROS

marie claire

**MACROENCUESTA
COMO LES
GUSTAMOS
A ELLOS**
RESPONDEN
500 HOMBRES

**TESTIMONIO
LO PILLÉ
IN FRAGRANTI**

**ROSARIO Y
ROSSY DE PALMA**
Hablan de la
maternidad a los treinta

**ENTREVISTA
JOAQUÍN
CORTÉS**
EN HOLLYWOOD

**REPORTAJE
MUJERES KURDAS**
Por Sebastião Salgado

**CUERPO
TU PLAN
PARA EL
VERANO**

COLORES DE MODA

ENCUENTRA EL QUE MÁS TE FAVORECE
IDEAS: MANUAL PARA RECICLAR TU ROPA

STELLA WARREN
fotografiada
por Troy Word



LA MEJOR

SO



Débora y Beatriz Vilaboa.

Los avances técnicos en odontología estética permiten blanquear y reconstruir el arco dental. ¡Sonríe! No duele.

Por **Yolanda Martínez** Fotos **Mark Peters**

Voy a confesaros algo: soy odontofóbica. Pertenezco a ese grupo de personas que necesita anestesia para estrechar la mano a su dentista. Sin embargo, estamos de suerte. Los progresos en esta especialidad han sido extraordinarios en los últimos años, no sólo en cuanto a diagnóstico precoz y terapias conservadoras, sino en todo

lo que afecta a la estética dental y al dolor físico y psicológico de los pacientes. En poco tiempo hemos pasado de soportar lo que fuera sin decir ni ¡ay! a escuchar cómo la doctora, o el doctor, comienza su tarea con un tranquilizador «no tiene por qué sufrir; si le hago daño, avíseme». Con esta frase, las doctoras Rodríguez Vilaboa se ganaron mi primera

sonrisa, despertaron mi interés y (casi) han logrado que pierda el miedo. Las responsables de tal hazaña son hermanas. Una completó estudios en Boston y la otra en California. Se llaman Débora y Beatriz y, además de tratar con mano de santas a muchas (im)pacientes fóbicas y anónimas como una servidora, son las especialistas en estética dental más solicitadas por modelos, artistas y personajes famosos de la política y las finanzas. La clínica Vilaboa se encuentra en un piso de estilo romántico del madrileño barrio de Salamanca. No parece una clínica. Ha sido decorada como una vivienda de ambiente sereno y hasta acogedor, con bellísimos cuadros en las paredes que distraen la atención del aparatoso instrumental ultramoderno. «Deseábamos —dicen— un contrapunto capaz de transmitir a los pacientes la amabilidad de la odontología actual. En gran parte, la manera de entender nuestra especialidad y el hecho de trabajar juntas lo debemos a la formación que nos dieron nuestros padres. Nos formaron con espíritu cosmopolita, sin temores: viajamos, aprendimos muchos idiomas y nos educaron en un clima de equipo. Nos transmitieron que el dentista era alguien importantísimo para la salud. Nuestra madre se cuidaba mucho la boca. Solía decir que la sonrisa es la puerta del alma. Y todo ello, incluido su inolvidable sonrisa, ha influido en lo que somos.» Las doctoras Vilaboa afirman que las muje-

SONRISA

ESPECIALISTAS EN ESTÉTICA DENTAL, LAS DOCTORAS VILABOA DESVELAN LOS SECRETOS DE UNA BOCA SANA Y BONITA.



res han sido el motor de los avances de la odontología, porque siempre se han interesado más que los hombres en cuidar la salud y la belleza dental. «En la época de los egipcios –cuenta Débora–, las mujeres de la corte del faraón ya querían blanquearse los dientes y los físicos buscaban soluciones para ellas. Una consistía en frotarlos con determinados vegetales crudos. Pero los hombres de la corte no se interesaban por el asunto.» Apenas han cambiado las costumbres. Las mujeres actuales acuden al dentista con una frecuencia tres veces superior al hombre. «Además, somos las que animamos a nuestros amigos, hermanos, socios y parejas a que se cuiden la boca –añade Beatriz–. Ellos son menos perceptivos con los cambios de su cuerpo y les alertamos de que se vigilen.»

Entre los veinte y los cincuenta años, el interés femenino por la estética dental va en aumento. Hoy es impensable que las mujeres modernas abandonen la boca. Algo relativamente nuevo, la ortodoncia estética para personas adultas ya no tiene límite de edad y, desde hace dos años, se ha convertido en una terapia extendida. Pero no todo es positivo en la conducta femenina sobre salud y estética dental. «Los diez casos más dramáticos que hemos tratado en veinte años de profesión han sido mujeres con problemas graves y pertinaces, caries de repetición muy extensas –recuerda Débora–. Ha-

bían sido anoréxicas. La descalcificación por la falta de alimentos y los vómitos frecuentes les había destruido la dentadura.»

Las doctoras Vilaboa aseguran que la dieta es fundamental. Sólo por el hecho de ser mujeres debemos ingerir cada día la dosis correcta de calcio, para prevenir en el futuro la osteoporosis. Otra recomendación es la de tomar alimentos que no sean exclusivamente blandos y comerlos sin prisa. «Masticar es básico para la buena conservación de la dentadura –insisten–, y también lo es controlar el estrés.» La Organización Mundial de la Salud (OMS) y la Federación Dental Internacional (FDI) dicen que ésta es la enfermedad que matará más personas durante la primera mitad del siglo XXI y que las mujeres la sufrimos en un porcentaje muy superior a los hombres. Aunque el estrés es sistemático y no se puede considerar una enfermedad dental, está considerado como la tercera causa de los problemas odontológicos actuales. «Disminuye la saliva, que es el jardinero que cuida la boca seca –asegura Débora–. Dispara el índice de caries, ya que al no existir la capacidad preventiva de la saliva, el germen que produce la caries prolifera. El estrés provoca, además, pequeñas fracturas que debilitan la estructura del diente, causando pérdidas tempranas. Y esto ocurre, sobre todo, en las personas jóvenes. También provoca gin-

LA HIGIENE PERFECTA

- Cepillarse los dientes tres veces al día con cepillos moderadamente blandos, masajeando las encías, durante dos minutos como mínimo.
- Emplear dentífricos blanqueadores con pH neutro, ricos en flúor y xilitol. Los mejores son la pasta, el elixir y los chicles limpiadores de Yotuel, que contienen el más alto porcentaje de xilitol. Colgate: Baking Soda y Sensation Blanqueador dos en uno con sistema de control del sarro. Pasta fluorada Paradontax, a base de plantas medicinales. Dentífrico Amm-I-Dent sensible, contra la placa y el sarro.
- Usar, además, hilo dental de seda y cepillos interdentaes diariamente.
- Antes de dormir, enjuagarse la boca con elixir desinfectante sin alcohol; está científicamente probado que es un factor cancerígeno para la boca.



ZONA ESTERIL



A la vanguardia

Las doctoras Beatriz y Débora Vilaboa en su clínica, y parte del sofisticadísimo y vanguardista instrumental que utilizan en su trabajo.



givitis, una inflamación leve de la encía que rodea el diente, y periodontitis, que es una inflamación más profunda y llega a dañar los tejidos internos.»

La Universidad de Duke, en Carolina del Norte, que lidera una investigación sobre salud odontológica y mujer, en breve definirá con exactitud la relación entre los problemas de encías y el embarazo, pero ya ha hecho saber que la enfermedad periodontal se asocia a problemas coronarios, diabetes y partos

carrillos. Y reponer los puentes antiguos por otros que tengan mejor resistencia funcional y mecánica para que no sufran los dientes.» Todavía el 70 por 100 de las mujeres tiene el esmalte dental manchado y oscurecido.

Pero ¿cuáles son los novísimos tratamientos? «Para el blanqueo de los dientes —informa Débora—, luz de plasma, el cuarto estado de la materia, una fuente de energía superior al láser, producida

EL 75% DE LAS ESPAÑOLAS TIENE EL ESMALTE DENTAL MANCHADO Y OSCURECIDO.

prematurados en las mujeres embarazadas. «Los cambios hormonales también nos afectan más que a los hombres —explica Beatriz—. Está descrita una gingivitis menstrual y otra gestacional. A lo largo del ciclo, muchas mujeres se lo dicen a su dentista: sé que me va a venir el periodo porque unos días antes las encías me sangran.»

Cada edad requiere hábitos de control y cuidados específicos. A partir de los veinte años las doctoras recomiendan la práctica de una higiene dental correcta, acudir periódicamente al dentista y mantener

una dieta equilibrada. «Es muy importante que las chicas jóvenes sepan que las dietas insuficientes o caprichosas afectan peligrosamente la salud de la boca —avisa Beatriz—, con pérdidas prematuras de los dientes.»

A los treinta es aconsejable hacerse una limpieza en consultorio cada seis meses y abandonar el exceso de café y cigarrillos, que, entre otros problemas, manchan y oscurecen el esmalte de los dientes. «A esta edad debemos ser muy conscientes de la importancia del ejercicio masticatorio y no olvidar que seguimos a tiempo de la ortodoncia y la estética dental.»

Desde los cuarenta, las doctoras sugieren incluir en las revisiones periódicas la mucosa oral. «No sólo exploración de dientes, sino también de la lengua, el cuello, el suelo de la boca y los

por unas moléculas de gas golpeadas a enorme velocidad. Abarata el coste del procedimiento, porque la maquinaria es mucho más sencilla y la aplicación, menos arriesgada. También ultimísimas son las proteínas morfogenéticas, que tienen la capacidad de reproducir hueso humano. Se inyectan en zonas donde se ha perdido masa ósea, para colocar implantes.»

Las escucho hablar de proteínas morfogenéticas y del cuarto estado de la materia y me suena a ciencia-ficción. Pero no lo es para Débora, «casada con un médico geriatra que siempre me ha apoyado como un buen compañero y madre de dos hijos que son un estímulo en mi vida», ni para Beatriz, soltera sin hijos, que echa de menos lo que ha perdido, «como la alegría despreocupada de mi infancia». Pero no añora lo que nunca ha tenido, como, por ejemplo, un marido y unos hijos. «Aún estoy a tiempo de conseguirlo.» Para estas científicas amantes apasionadas de su vida y su profesión, del estudio, la lectura y la música, crear masa ósea y utilizar luz de plasma es un paso más en su aventura cotidiana de curar. Tuvieron un buen maestro: el doctor Luis Guerrero Bernabéu. «Un sabio humanista —recuerda Débora— que nos enseñó que la odontología tiene que servir al paciente y el dentista debe ofrecer una solución a sus problemas. Se trata de alguien que sufre y desea curarse. Así que ante la falta de tiempo, ante una urgencia, e incluso ante la carencia de recursos económicos, debemos ser sensibles y ayudar a los pacientes a encontrar las soluciones.» No es difícil mantener la mejor de las sonrisas cuando una se encuentra con dentistas así. ■