DENTAL TRIBUNE
The World's Dental Newspaper · Spanish Edition
PUBLICADO EN MADRID www.dental-tribune.com No. 5, 2019 VOL. 14

Entrevista al Dr. Manuel Román, Presidente del IV Congreso SEDA

Por DT Spain

Fotografía del Dr. Manuel Román

¿CUÁLES SON LOS PRINCIPALES OBJETIVOS QUE PERSIGUEN EN ESTA NUEVA EDICIÓN DEL CONGRESO SEDA?

Siguiendo fieles a nuestros principios, el objetivo de la reunión anual de la Sociedad Española de Alineadores es Sumar conocimientos, compartir Experiencias, Divulgar las novedades y Avanzar en el desarrollo de las técnicas con alineadores en ortodoncia desde un punto de vista científico.

ESTE AÑO EL CONGRESO SE REALIZARÁ EN MÁLAGA, ¿POR QUÉ ESTA CIUDAD?

En primer lugar, para completar el programa científico con un programa social y cultural, que mejor que disfrutar de la ciudad de Málaga con su espectacular entorno. En segundo lugar, debido a la gran acogida que tiene este congreso, solo puede realizarse en ciudades que reúnan ciertas características, como tener un palacio de congresos con capacidad para más de 1.500 asistentes, capacidad hotelera, aeropuerto, tren de alta velocidad, etc.

Imagen durante la conferencia del III Congreso SEDA en Madrid.

DESDE JULIO ESTÁ COLGADO EL CARTEL DE "NO HAY ENTRADAS", ¿A QUE SE DEBE ESTE GRAN ÉXITO DE PARTICIPACIÓN?

Esta pregunta habría que hacérsela a los asistentes. En mi opinión, se debe al gran trabajo que realiza la SEDA desde su origen. Cuando un doctor asiste al congreso, le gusta, aprende y le saca provecho… pues repite y lo recomienda. ¡Pasa como en los buenos restaurantes! Por eso, año tras año tenemos cada vez más asistentes.

QUÉ NOS PUEDE DESTACAR SOBRE EL PROGRAMA CIENTÍFICO.

Comenzaremos el jueves con un curso precongreso liderado por el Dr. Werner Schupp que tratará el diagnóstico, disfunción y tratamiento de la articulación temporomandibular relacionado con alineadores. Oclusión, función, atm y alineadores.

Ya en el Congreso, que tendrá dos días de duración, los principales temas a tratar serán los tratamientos en niños y adolescentes con alineadores, finalización de casos, casos complejos y presentación de las últimas novedades del sector.

¿PARTICIPAN PONENTES INTERNACIONALES?

Tengo la suerte de poder asistir a diferentes eventos a nivel internacional y, por lo tanto, puedo ver y conocer a los más relevantes ponentes a nivel mundial. Por ello, hemos invitado a los mejores speakers tanto a nivel nacional como a nivel internacional, contando nuestro cartel finalmente con más de 30 conferenciantes este año, contando por supuesto también con la participación de los miembros nuestra Sociedad.

¿CUENTAN CON ALGÚN PROGRAMA PARALELO PARA HIGIENISTAS Y AUXILIARES?

Las higienistas y auxiliares son el motor en nuestras clínicas. Por ello, no podíamos olvidarnos de ellas y hemos preparado algo muy especial. Contamos con un excelente curso intracongreso dedicado íntegramente para ell@s, impartido por las dras. Ana Angla y Beatriz Solano, que se celebrará el sábado 20 de septiembre. Sin duda aportarán a sus asistentes una formación práctica que podrán implementar el lunes siguiente en sus clínicas.

¿CÓMO HA SIDO EL CRECIMIENTO DE LA ORTODONCIA INVISIBLE EN EL ÚLTIMO AÑO EN NUESTRO PAÍS? ¿QUÉ LUGAR OCUPA A NIVEL MUNDIAL?

En el último año, el crecimiento de alineadores en España ha sido cercano al 40%, liderando junto el mercado europeo. A nivel mundial, solo somos superados por el mercado asiático, por China y Japón, que han tenido un crecimiento ligeramente superior al 40%. Así que podríamos decir que España es el país que más ha crecido en Europa y uno de los principales países a nivel mundial con respecto al tema de los alineadores.

POR ÚLTIMO, ¿TIENEN YA FECHA PARA LA REUNIÓN DEL AÑO QUE VIENE?

Sí. La V Reunión de la Sociedad Española de Alineadores será en Madrid del 17-19 Septiembre de 2020. El lugar elegido ha sido el Palacio Municipal de Congresos en IFEMA, con capacidad para 2.500 asistentes.

DT

AD

DENTAL TRIBUNE
El periódico dental del mundo
www.dental-tribune.com

Publicado por Dental Tribune International

DENTAL TRIBUNE
Spanish Edition

Director Editorial
Francisco Soriano López
francisco@atlantiseditorial.com

Director Comercial
Jorge Luís Cacuango
jorge@atlantiseditorial.com

Director Científico
Dr. Juan José Soleri Cocco
soleri.clinicavndelpilar@gmail.com

ISSN: 2386-3692
Depósito legal: M-39040-2007

Atlantis editorial
Science & Technology S.L.

Editado por:
Atlantis Editorial Science & Technology S.L.
C/ Alpujarras, 4 Local 1
28915 Leganés (Madrid)
Telf. (+34) 912 282 284 - (+34) 608 496 988
www.atlantiseditorial.com

DENTAL TRIBUNE
Spanish Edition

Edición que se distribuye a todos los odontólogos de España, latinoamericanos y a los profesionales hispanos que ejercen en USA.

Dental Tribune Study Club
El club de estudios online de Dental Tribune, avalado con créditos de la ADA CERP, le ofrece cursos de educación continua de alta calidad. Inscríbase gratuitamente en www.dtstudyclubspanish.com para recibir avisos y consulte nuestro calendario.

DT International
Licensing by Dental Tribune International

Publisher/
Chief Executive Officer Torsten R. Oemus
Chief Financial Officer Dan Wunderlich
Director of Content: Claudia Duschek
Senior Editor Michelle Hodas
Clinical Editors Nathalie Schüller, Magda Wojtkiewicz
Editors Franziska Beier, Brendan Day, Monique Mehler, Kasper Mussche
Assistant Editor Luke Gribble, Iveta Ramonaite
Copy Editors Ann-Katrin Paulick, Sabrina Raaff
Business development & Marketing Manager Alyson Buchenau
Digital Production Man. Tom Carvalho, Andreas Horsky, Hannes Kuschick
Website Development Serban Veres
Project Manager Online Chao Tong
Database Manag. & CRM Annachiara Sorbo
Sales & Production Support Puja Daya, Hajir Shubbar, Madleen Zoch
Executive Assistant Doreen Haferkorn
Accounting Karen Hamatschek, Anita Majtenyi, Manuela Wachtel
E-Learning Manager Lars Hoffmann
Education & Event Man. Sarah Schubert
Media Sales Managers
Melissa Brown (International)
Hélène Carpentier (Western Europe)
Matthias Diessner (Key Accounts)
Maria Kaiser (North America)
Weridiana Mageswki (Latin America)
Barbora Solarova (Eastern Europe)
Peter Witteczek (Asia Pacific)
Executive Producer Gernot Meyer
Advertising Disposition Marius Mezger

Dental Tribune International GmbH
Holbeinstr. 29, 04229 Leipzig, Germany
Tel.: +49 341 4 84 74 302 | Fax: +49 341 4 84 74 *173*
info@dental-tribune.com | *www.dental-tribune.com*

©2019, Dental Tribune International GmbH.
All rights reserved. Dental Tribune International makes every effort to report clinical information and manufacturer's product news accurately, but cannot assume responsibility for the validity of product claims, or for typographical errors. The publishers also do not assume responsibility for product names, claims, or statements made by advertisers. Opinions expressed by authors are their own and may not reflect those of Dental Tribune International.

Neurociencia & Odontología, manejo del estrés en consulta

Por Dr. Diego Carlos Stancampiano Torcivia

Las NEUROCIENCIAS son un conjunto de disciplinas científicas que estudian la estructura y la función, el desarrollo de la bioquímica del sistema nervioso y de cómo sus diferentes elementos interactúan, dando lugar a las bases biológicas de la conducta.

La ODONTOLOGÍA es la ciencia que se ocupa de que la gente sonría, coma, bese, hable, sin alteraciones biológicas, psico emocionales ni sociales.

Podemos decir que mientras que la Odontología se ocupa de "la boca", las Neurociencias se ocupan de "cómo piensa y siente" el Ser humano. Es muy necesario que conozcamos y dominemos estas disciplinas porque somos "seres humanos" ayudando a otros "seres humanos" y mientras más conocimiento y dominio de nosotros mismos tengamos, más eficientes seremos en nuestra labor.

La Odontología es más que técnicas y materiales, es un proceso complejo que se concibe a través de seres pensantes y sensibles al entorno; y puede ser más efectiva si sus actores aumentan su eficiencia, minimizando el estrés en la consulta. Los factores generadores del estrés pueden ser:

- Interno: actitud del profesional ante el desafío.
- Externo: el medio, el paciente, el equipo. Gestionando el primero se reduce, en gran parte, el segundo. Para lograr esto hay que asumir nuevos paradigmas:
- Podemos ser más eficientes.
- Podemos reducir el estrés.
- Podemos equivocarnos y aprender.
- Podemos ser más exitosos.
- Podemos ser más felices; Pero debemos estudiar y aprender al respecto.

FUNDAMENTO

Este material surge como respuesta al factor en común de todas las Clínicas dentales, su equipo de profesionales y sus pacientes: el estrés. El ritmo de vida actual, la tecnificación y las altas expectativas de consumo nos han llevado a caer en situaciones de desgaste como profesionales y equipos de trabajo, situaciones que nos cansan más que el trabajo en sí. El entorno condiciona y determina nuestro potencial y nuestro rendimiento, por lo que si aprendemos a gestionar el estrés en consulta tendremos más de la mitad de la batalla ganada.

¿Por dónde empezamos a adquirir este conocimiento? Por lo único que podemos controlar: nosotros mismos.

Si te preguntan ¿qué eres? Perfectamente podrías contestar: - Auxiliar de Clínica, Auxiliar Administrativo, Director de Clínica, Enfermera, Recepcionista, Odontólogo, Cirujano Maxilofacial, Protésico Dental.

Lo cierto es que somos muchas cosas más que el trabajo que desempeñamos. Somos seres humanos integrales, pero ¿cuánta preparación o capacitación tenemos más allá de la que apunta a nuestro desempeño laboral?

Nos preparamos para en nuestra profesión exhaustivamente. Toda nuestra formación apunta a la solución técnica de situaciones en el campo laboral.

No nos ocupamos de nuestra formación integral como personas. No dedicamos tiempo suficiente a desarrollar potencialidades internas para la gestión eficiente de nuestra vida. "La única forma de ser felices en nuestro trabajo es integrar un equipo eficiente y para ello hay que empezar por cada miembro". Diego Stancampiano

GRANDE EN LO GENERAL/ EFICIENTE EN LO PARTICULAR

Muchas veces la eficiencia en la práctica diaria obedece más que a la preparación específica y técnica, a la capacidad de enfrentar y solucionar situaciones y esto no se aprende en el colegio, la Universidad o la Academia.

Esto se debe a que muchas veces la solución de un problema, no es solo médico, sino personal: emocional, mental; y podemos estar muy preparados técnicamente, pero no ser tan buenos gestores de las situaciones en la práctica. Resultado: Estrés.

"Lo que cansa no es el trabajo sino la incapacidad para gestionar el entorno". DS

La Ley de Correspondencia enuncia: *"Como es arriba es abajo y como es abajo es arriba. Cómo es fuera es dentro y como es dentro será fuera"* Rubén Cedeño, Pilares de la Metafísica.

Dr. Diego Carlos Stancampiano Torcivia

Licenciado en Odontología por la Universidad de Córdoba – Argentina en 1995.

Práctica privada en Cirugía Implantología y Rehabilitación Oral, Clínica Dental RIE, Armilla Granada.

Presidente de YOSOYO - Asociación Metafísica de Granada: Área de Neurociencias y Desarrollo personal. Desde el año 1995 se dedica al estudio de las Neurociencias aplicadas a la gestión del estrés en pacientes y equipos de trabajo. Dicta Conferencias y Seminarios de Desarrollo Personal en España en diferentes ámbitos como: Paraninfo de la Universidad de Granada, Cámara de Comercio de Granada, la Caja Rural de Granada, Caja Granada – Motril, Colegio Odontólogos de Jaén, entre otros.

AD

En general las Facultades de Odontología son reductos pequeños con grupos cerrados. Las Consultas dentales son espacios reducidos, los Gabinetes, más reducidos, la boca del paciente, más pequeño y el diente, más pequeño aún. Más reduces tu campo, más se reduce tu mente, más se reducen tus posibilidades de éxito a nivel global.

Solución: Formarnos integralmente en lo biológico, pero también en lo psicológico y lo social.

La Neurociencia aplicada a la Odontología nos da herramientas para ser mejores gestores de nuestro medio interno y como consecuencia del entorno para que la práctica diaria nos genere menos estrés.

Figura 1.

OBJETIVOS

1. Reducir el estrés en la consulta.
2. Ser más creativos y más productivos.
3. Resolver situaciones tomando decisiones eficientes.
4. Potenciar factores para el éxito.

Podemos cambiar hacia un mejor desempeño en todos los aspectos de nuestra vida, pero tenemos que tener en cuenta que nuestro cerebro, la máquina más perfecta que se haya diseñado, está programada para sobrevivir ahorrando energía y tratará de evitar todo cambio en su mecanismo, como un reflejo de auto conservación. Tú quieres cambiar, pero tu cerebro se resiste.

Las Neurociencias ponen a nuestra disposición el conocimiento de cómo funciona el cerebro y cuáles son sus mecanismos. Con esta información podemos trabajar a favor del cerebro, conociéndolo y llevándolo a un mejor funcionamiento que se manifestará en una vida más exitosa.

Porque tenemos que recordar que ser mejores es lograr resultados con menos desgaste y más plenitud: "Ser mejor es Ser más eficientes" D.S.

INFOXICACIÓN

Podemos preguntarnos, ¿por dónde empiezo? El comienzo puede ser un poco confuso porque si observamos el bombardeo constante de información que tenemos en estos tiempos, dirimir que es útil y constructivo, no es siempre una tarea sencilla.

¿Qué es la Infoxicación?

Los psicólogos actuales la definen como: "un trastorno intelectual producto de la incapacidad de analizar y comprender una avalancha de información, como la que pueden proporcionar los medios de información y electrónicos actuales". ¿Cuál es su tratamiento?

1. Discernir qué es importante y qué no.
2. Estudiar lo más importante y constructivo.
3. Poner en práctica lo aprendido transformando el Conocimiento en Vivencia.

Nuestro cerebro es incapaz de procesar el exceso de información que llega a nuestro entorno y reacciona con estrés.

"Tenemos que elegir: ¿Vivir de la Odontología o sobrevivir a ella?". DS

El estrés que produce la práctica diaria se transformado en objeto de estudio en los últimos años. El síndrome de Burnout o trabajador quemado es muy común entre los odontólogos. Se caracteriza por producir cansancio y desgaste emocional, pérdida de interés hacia los pacientes y el entorno, dando lugar a actitudes defensivas o incluso agresivas, desmotivación profesional y apartamiento de otras áreas de su vida, de manera que su profesión pasa a ser el centro de interés.

Causas que lo producen:

- Incertidumbre: la falta de seguridad en un tratamiento, o la insuficiencia de garantías para llegar un resultado pueden ser motivo de estrés para el odontólogo.
- Sobrecarga: en épocas de mucho trabajo es difícil desconectar. Si a esto le añadimos problemas personales... el estrés puede apoderarse de nosotros.
- Desmotivación: tanto en el ámbito laboral como en el personal. A menudo si no tenemos un incentivo podemos perder la ilusión en nuestro trabajo y esto puede repercutir en nuestra vida personal.

¿Cómo prevenir el Síndrome de Burnout?

1. Marcarnos un ritmo de trabajo que podamos llevar.
2. Nos conviene establecer un buen ambiente profesional de manera que podamos delegar en los demás y no dejar que toda la responsabilidad recaiga en nosotros.
3. Si el marco de trabajo no ayuda a tener un ambiente tranquilo es necesario que modifiquemos nosotros nuestra conducta.
4. Buscar un pasatiempo. Es aconsejable dedicar parte de nuestro tiempo libre a alguna actividad que nos satisfaga (deporte, música, ocio...).
5. Debemos comprender la diferencia entre la responsabilidad y la omnipotencia. Hacernos cargo de nuestras responsabilidades está bien sin llegar a caer en la angustia que puede llegar a producir la omnipotencia de querer resolverlo todo nosotros.

CAMBIAR EL ENFOQUE

Para conocernos mejor y llegar a una visión más pura de la realidad, debemos cambiar el enfoque, o mejor aún, sumar puntos de vista de la misma situación.

Al estudiar cómo funciona nuestro cerebro, haciendo evidentes procesos antes inconscientes, lograremos conocernos mejor y hacer una lectura más eficiente del entorno: compañeros de trabajo, pacientes, colegas, familia, amigos.

"Cuando cambiamos la forma de ver las cosas, las cosas cambian de forma". Wayne Dyer

PSICONEUROFISIOLOGÍA

La Psiconeurofisiología es una rama de la Psicología Clínica que estudia como los pensamientos y sentimientos influyen en nuestro cuerpo y en nuestro desempeño. Dos de sus últimos postulados sostienen:

"el pensamiento no solo determina los hábitos y el comportamiento, sino también el funcionamiento del organismo". "en la mente pueden iniciarse tanto los estados de plenitud y felicidad, como trastornos de tipo ansioso/depresivo".

VER LOS PENSAMIENTOS Y SENTIMIENTOS

El movimiento de nuestros pensamientos y emociones, antes solo se podían conocer por los relatos del sujeto en estudio, pero hoy, gracias a la Resonancia Nuclear Magnética – RNM, se pueden ver, cuantificar y calificar de una forma precisa.

De estos estudios, los neuro científicos han podido obtener información de cómo funciona nuestro cerebro y han diseñado técnicas para que seamos más eficientes reduciendo el estrés, (resultado del mal uso de la máquina) aumentando el bienestar y la armonía en quien las aplica.

EL CEREBRO

La comprensión de nuestro mundo material como así también del Universo que nos rodea, es un proceso complejo que se codifica a través de nuestro cerebro. Por ello nos conviene conocer sus mecanismos para que la visión de la realidad nos llegue sin distorsiones.

Antes de la RNM se sostenían algunos postulados como: "no utilizamos todo el cerebro". Hoy sabemos que, "SI" utilizamos todo el cerebro, lo que sucede es que solo podemos usar el 2% de sus capacidades a la vez. Si nos hacemos a la idea de que el cerebro es un conjunto de bombillas que se encienden cuando este se utiliza, podemos inferir en que se puede encender el 2% del cerebro a la vez. Cuando se sobrepasa este porcentaje suceden principalmente dos cosas:

- Se pierde efectividad.
- Se genera estrés.

Si bien este porcentaje es estadístico y bastante preciso, se puede aumentar con el estudio y la aplicación de técnicas sencillas.

Hay que comenzar por acostumbrarse a que la mejor manera de no superar ese 2% que reducen nuestra efectividad y aumenta el estrés, es llevar la atención y ocuparse de una cosa a la vez. Este sencillo precepto es conocido desde hace siglos por las filosofías orientales como "desarrollo de la conciencia unidireccional".

¿Cerebral o mental? Diferencia entre mente y cerebro

"Todo ser humano puede ser, si se lo propone, escultor de su propio cerebro". Santiago Ramón y Cajal.

El cerebro está compuesto de tejidos como las células nerviosas, vasos sanguíneos, nervios. Es el hardware de un ordenador: los transistores, los cables, la carcasa, la parte tangible. Tiene que estar en perfecto estado para que el software, la mente, pueda operar.

La mente es el software: son los programas que trabajan a través del

hardware que es el cerebro. Es un cuerpo sutil, la comprensión no está en el cerebro, pero se manifiesta a través de él.

El cerebro vive en el corto plazo, vive en el ahora, porque es limitado, es material y su meta es sobrevivir a través del ahorro de energía. Es como un bebé que cuando tiene hambre llora como si se fuese a morir, porque piensa que se va a morir porque detecta la falta de alimento. El cerebro es igual, cuando está cansado y advierte falta de glucosa y oxígeno se estresa primero y luego se desconecta, como mecanismo de supervivencia.

La mente vive en el largo plazo, no tiene apuro. La mente no piensa en morir, piensa en trascender.

El cerebro solo maneja dos términos: el placer y el sufrir. Quiere tener placer todo el tiempo, entonces se acerca al placer y cuando ve que va a sufrir, se aleja de los objetos que lo amenazan.

En cambio, la mente lo que quiere es aprender, mejorar; por eso, muchas veces, el cerebro y la mente no están en sintonía. El cerebro se quiere desconectar y la mente sabe que tiene que comprender, darse cuenta, evolucionar y todo esto implica cambios y gasto de energía que el cerebro se niega a asumir.

El cerebro es reactivo, reacciona a estímulos una vez que ya se han producido, la mente es pro-activa, se anticipa a los hechos, observa e impele a la acción.

Figura 2.

Atlantis editorial
Science & Technology S.L.

NOVEDAD EDITORIAL

Neurociencia & Odontología
Manejo del estrés en Odontología

FICHA TÉCNICA:
Autor: Dr. Diego Carlos Stancampiano Torcivia
Tamaño: 17x23 cm.
160 páginas a todo color
Encuadernación de lujo con tapa dura
Edición 2019
ISBN: 978-84-120868-0-5
P.V.P. 40 Euros

RESUMEN DE LA OBRA

Este material surge como respuesta al factor en común de todas las Clínicas dentales, su equipo de profesionales y sus pacientes: el estrés. El ritmo de vida actual, la tecnificación y las altas expectativas de consumo nos han llevado a caer en situaciones de desgaste como profesionales y equipos de trabajo, situaciones que nos cansan más que el trabajo en sí. El entorno condiciona y determina nuestro potencial y nuestro rendimiento, por lo que si aprendemos a gestionar el estrés en consulta tendremos más de la mitad de la batalla ganada.

¿Por dónde empezamos a adquirir este conocimiento? Por lo único que podemos controlar: nosotros mismos.

Si te preguntan ¿qué eres? Perfectamente podrías contestar: - Auxiliar de Clínica, Auxiliar Administrativo, Director de Clínica, Enfermera, Recepcionista, Odontólogo, Cirujano Maxilofacial, Protésico Dental.

Lo cierto es que somos muchas cosas más que el trabajo que desempeñamos. Somos seres humanos integrales, pero ¿cuánta preparación o capacitación tenemos más allá de la que apunta a nuestro desempeño laboral?

Nos preparamos para en nuestra profesión exhaustivamente. Toda nuestra formación apunta a la solución técnica de situaciones en el campo laboral.

No nos ocupamos de nuestra formación integral como personas. No dedicamos tiempo suficiente a desarrollar potencialidades internas para la gestión eficiente de nuestra vida.

"La única forma de ser felices en nuestro trabajo es integrar un equipo eficiente y para ello hay que empezar por cada miembro".

PEDIDOS:
Atlantis Editorial Science & Technology S.L. C/ Alpujarras, 4 - 28915 Leganés (Madrid)
Telf. 912 282 284 - 608 496 988 - e-mail: pedidos@atlantiseditorial.com - www.atlantiseditorial.com

AD

Cerebro y Mente son un binomio indivisible. El uno no es nada sin la otra y viceversa. Así como necesitamos un ordenador más eficiente para poder hacer cosas más innovadoras y ser mejores, también tenemos que tener un cerebro más ordenado para que la mente se pueda expresar más eficientemente a través de él.

Tres cerebros – Tres mentes

Cuando en ciencia se habla de evolución, es porque el hombre y también su cerebro ha pasado por etapas de desarrollo similares a los animales. La historia de nuestro cerebro actual empezó hace 500 millones de años con el desarrollo del cerebro atávico. Es el cerebro más primitivo del ser humano que se conoce también en la literatura como reptiliano, porque es igualito al que tiene un cocodrilo. Es donde están grabados los mecanismos de defensa y auto preservación, que permiten que podamos seguir viviendo en este mundo.

En él se recoge la conducta instintiva: hace frio me abrigo, hace calor me desabrigo, viene un tsunami, viene un animal salvaje corro, me meto en la cueva, era lo que hacían los trogloditas, los hombres primitivos. Es la conciencia de supervivencia de la manada, en que el que era diferente era peligroso y se lo marginaba como mecanismo de defensa. Muchas personas ven sangre y se desmayan, así baja la tensión arterial y puede evitarse que se desangren. Es un mecanismo de supervivencia.

El segundo cerebro es el límbico (CL), se desarrolló hace 200 millones de años, y por así decirlo, se montó sobre el anterior y lo complementó. Esta parte del cerebro, genera y regula las emociones y es similar al que tienen los mamíferos. Es donde están los arquetipos emocionales: tiene grabado lo que es bueno, malo, lo que es el amor o el odio; aquí tienen grabadas las emociones. Nos otorga el sentido de pertenencia a la manada y es de donde surge la tendencia de hacer lo que hace el

Figura 3.

Figura 4.

grupo para sentirnos seguros e integrados, pero a la vez hace que la gente se deje llevar y tome decisiones sin reflexionar y arrastrados por la masa. Influencia en las modas y el "qué dirán" y condiciona muchas de nuestras decisiones y la de nuestros pacientes.

Luego hace 100.000 años, surgió la parte más nueva de nuestro Cerebro, el córtex, que es lo que verdaderamente nos hace ser seres pensantes. Este cerebro y más específicamente en el Córtex Pre Frontal (CPF) es el asiento de la razón. Es donde están los arquetipos mentales, lo que pensamos de las cosas, las ideas preconcebidas de todo lo que nos rodea, que también nos condiciona a la hora de actuar. Es el asiento de la mente que todo lo califica dando forma a lo que percibimos a través de los sentidos.

Tres estratos de la mente

La mente es el campo de estudio de la Psicología, pero hoy las Neurociencias, contribuyen en gran medida a la comprensión de sus más intrincados mecanismos. Las tendencias actuales proponen dividir a la mente en:

1. Mente inconsciente: todo aquello que ignoramos pero que determina nuestro comportamiento. Es el terreno de los ¿Por qué?, de las causas primarias de nuestro proceder. Tiene asiento en los cerebros atávico y límbico y se la relaciona con la EQ o inteligencia emocional. Puede hacerse consciente mediante la observación, la reflexión y la meditación.

2. Mente consciente: es todo lo que podemos advertir. Se nutre de los órganos de los sentidos que nos brindan información, materia prima para la construcción de los arquetipos que regirán el comportamiento. Es el terreno del "Qué" de los efectos que vemos en nuestro mundo y se la relaciona con la IQ o inteligencia racional o intelectual. Tiene su expresión a través del CPF.

3. Mente Supra consciente: la mente se abstrae de pensamientos y sentimientos y observa, sin juicio. Es el asiento del Ser, la acción de darse cuenta del inconsciente y del consciente y cómo esto nos condiciona. Los neurocientíficos y los psicólogos transpersonales (rama de la psicología que integra los aspectos espirituales y trascendentes de la experiencia humana con el marco de trabajo e investigación de la psicología moderna) la asocian con la SQ o Inteligencia Espiritual. "El supra consciente es el motor que transforma lo inconsciente en consciente mediante la observación."

Es muy importante conocer nuestra mente y así comprender luego cómo piensan los demás, como una herramienta más en el desempeño eficiente de nuestra labor. El modelo del Iceberg, de Spencer y Spencer, es una representación gráfica de esto.

SÍNDROME DE ATENCIÓN PARCIAL CONTINUA

Es un conjunto de síntomas que se originan en forzar al cerebro a hacer muchas cosas a la misma vez. Es estar continuamente atento, en parte, a muchas cosas. Hemos mencionado que para estar operativo con su 2% el cerebro apaga funciones y enciende otras, apaga y enciende, apaga y enciende; y esto prolongado en el tiempo aumenta el estrés y reduce la eficiencia.

No es viable ver los correos en el ordenador, hablar por teléfono fijo y dar citas a la vez porque en realidad el cerebro no lo hace todo junto. Apaga la atención del ordenador, enciende la llamada, apaga la llamada y enciende la cita, apaga la cita y enciende el ordenador. Esto lleva a lo que se conoce como INTERFERENCIA DE LA TAREA DUAL. Los neurocientíficos han demostrado que si se hace una sola tarea a la vez tenemos un 100% de posibilidades de hacerla correctamente, pero si sumamos una segunda tarea, esta interfiere con la primera y la efectividad en ambas cae al 50%.

No multitasking

El cerebro no tiene la capacidad de ocupación múltiple o multitasking, y cuando sobrepasa su cupo del 2%, reacciona como un ordenador que tiene muchos programas en funcionamiento: primero va más lento y finalmente se bloquea.

Cuando el CPF se ve desbordado da la señal de que "todo es grave, todo es urgente", aumenta la secreción de Adrenalina y Cortisol y se produce un estrés químico con la sensación artificial de crisis constante. Cuando las hormonas se agotan el efecto rebote es la depresión del sistema. Por eso se recomienda:

- Hacer una sola cosa a la vez.
- Hacer lo urgente y más importante.
- Vivir en el ahora.

Si tú estás pensando en lo que hiciste, no estás en el ahora y te equivocas y sufres y si estás pensando en lo que vas a hacer, tampoco estás aquí, te equivocas y sufres, entonces la única alternativa posible es vivir el ahora. Si estás descansando piensas en el trabajo, y cuando estás en el trabajo piensas en que tendrás que hacer la comida, cuando estés comiendo pensarás en quien lavará los platos, y así se vive con angustia.

El SER es la expresión armónica de una persona que vive en el presente, por eso es "ser" y no "seré o "fui". Planificar es presente, no es vivir el futuro. Planificar no genera estrés porque es asegurar en el ahora, un futuro tranquilo y eso genera dopamina y adrenalina de manera controlada, o sea eustrés. Se planifica para que cada presente que venga sea ordenado y se pueda hacer una cosa por vez sin agobios.

"Si nos ocupamos de muchas cosas a la vez, tratando de anticiparnos a lo que va a venir, nos olvidamos de lo más importante que es el paciente que está sentado en el sillón y las probabilidades de equivocarnos aumentan". D. S.

Podemos ser más eficientes y reducir el estrés en consulta mediante una correcta organización que se propondrá en "Dieta Mental en 5 pasos".

DT

Figura 5.

SECIB sistematizará la evidencia científica sobre pacientes oncológicos, hemofílicos y periimplantitis

La Sociedad Española de Cirugía Bucal pone en marcha tres grupos de trabajo dirigidos por los doctores José Luis Gutiérrez Pérez, Abel García y Pablo Galindo.

Reunión de los grupos de trabajo en la sede del Consejo General de Dentistas de España.

Por DT Spain

La Sociedad Española de Cirugía Bucal (SECIB) ha constituido tres grupos de trabajo, coordinados por el Dr. Daniel Torres Lagares, vicepresidente de SECIB y catedrático de Cirugía Bucal de la Universidad de Sevilla, para la elaboración de tres nuevas guías de práctica clínica. El propósito es evaluar y sistematizar la evidencia científica disponible en relación a la odontología y los pacientes oncológicos; la cirugía bucal y los pacientes hemofílicos, y la periimplantitis.

El proyecto sobre odontología y pacientes oncológicos estará dirigido por el Dr. José Luis Gutiérrez Pérez, codirector del Máster de Cirugía Bucal de la Universidad de Sevilla y jefe del Servicio de Cirugía Maxilofacial del Hospital Virgen del Rocío, y por los doctores Leticia Bagán, Agurne Uribarri, M. Angels Sánchez, Daniel Torres, Aida Gutiérrez, Jerónimo Pachón, María José Flor y Javier Alberdi. Además, contará con la revisión del catedrático de Medicina Oral de la Universidad del País Vasco (UPV/EHU), el Dr. José Manuel Aguirre.

La guía de práctica clínica de cirugía bucal en pacientes hemofílicos estará bajo la dirección del Dr. Abel García, director del Máster de Medicina Oral, Cirugía Bucal e Implantología de la Universidad de Santiago de Compostela (USC) y jefe del Servicio de Cirugía Maxilofacial de la Xerencia de Xestión Integrada de Santiago. Guillermo Machuca, Manuel Somoza, Eduard Valmaseda, Elena Sánchez y María Peñarrocha integran este grupo junto a la hematóloga Ángela Cortés Vidal. Como revisor, intervendrá el Dr. Cosme Gay Escoda, catedrático de Patología Quirúrgica Bucal y Maxilofacial la Universidad de Barcelona (UB).

BENEFICIO PARA EL PACIENTE

Por su parte, el Dr. Pablo Galindo, catedrático de Cirugía Bucal e Implantología de la Universidad de Granada, será el director de la guía sobre periimplantitis, en la que también trabajarán los doctores Rui Figueiredo, María Ángeles Serrera Figallo, Juan López Quiles, David Peñarrocha, Octavi Camps, Miguel Padial e Hilario Pellicer. El Dr. Miguel Peñarrocha, catedrático de Cirugía Bucal de la Universidad de Valencia será el responsable de revisar el trabajo.

Las guías, según ha señalado el Dr. Daniel Torres, "ofrecerán una serie de pautas clínicas, basadas en la mejor evidencia científica, sobre las que pueda apoyarse el profesional en su práctica diaria y confiamos en serán muy beneficiosas también para el paciente ya que, tanto el manejo odontológico de pacientes con hemofilia, como el manejo odontológico de pacientes que sufren cáncer oral, presenta complejidades y consideraciones específicas que deben ser puestas al día. En cuanto a la revisión y sistematización de toda la evidencia científica relacionada con la periimplantitis, una patología que tiene cada vez más presencia en nuestras consultas, estamos convencidos de que tendrá un efecto beneficioso en la atención que se dispensa a nuestros pacientes". DT

REGISTER FOR FREE!
DT Study Club – e-learning platform
DT STUDY CLUB
COURSES | DISCUSSIONS | BLOGS | MENTORING

Join the largest educational network in dentistry!

www.DTStudyClub.com

ADA C·E·R·P® | Continuing Education Recognition Program
DT STUDY CLUB
dti Dental Tribune International

Tribune Group GmbH is an ADA CERP Recognized Provider.
ADA CERP is a service of the American Dental Association to assist dental professionals in identifying quality providers of continuing dental education. ADA CERP does not approve or endorse individual courses or instructors, nor does it imply acceptance of credit hours by boards of dentistry.
Tribune Group GmbH designates this activity for one continuing education credit.

AD

Entrevista al Sr. Stefan Förster, Managing Director de Forestadent®

Por DT Spain

¿Nos podría dar una breve descripción del Symposium?.
Nuestro simposio FORESTADENT cuenta con una larga tradición. Para la décima edición de este fantástico evento, hemos decidido regresar al lugar donde comenzó todo: España. En el año 2007 celebramos nuestro 100 aniversario en la maravillosa isla de Mallorca con el primer simposio Forestadent. A partir de ahí hemos ido celebrando el Simposio en diferentes países europeos.

Respecto al primer Symposium que organizaron hace 10 años, ¿Cómo ha evolucionado el evento y la odontología?.
El simposio nació con una idea eminentemente familiar. Queríamos reunir a nuestros clientes y colaboradores más allegados y compartir un par de días con ellos. La experiencia fue muy positiva y poco a poco se ha ido conformando un grupo internacional importante que no falta a la cita. Así nació la popular tradición de nuestros simposios que se mantiene hasta ahora y que trata de conjugar el mejor nivel científico con lugares de máximo atractivo tanto cultural como gastronómico. En el año 2017 fue celebrado en Pforzheim, nuestra ciudad natal, con motivo de nuestro 110 aniversario y la inauguración de la nueva fábrica. Los escenarios han sido algunos de los lugares más bonitos del mundo, como Atenas, París, Budapest, Cascais o Abu Dabi.

¿Porque eligieron la ciudad de Málaga como sede del congreso?.
Malaga es una ciudad latente en el sur, en una ubicación de ensueño, la maravillosa Andalucía. La bondad de su temperatura, su atractivo cultural e histórico, así como la disponibilidad de modernas infraestructuras y comunicaciones la convierten en un lugar ideal para la celebración de un simposio. Seguro que nadie quedará defraudado.

¿Nos podría hablar sobre el Programa Científico del Symposium?.
Empezamos con un dia de congreso previo sobre el tema ortodoncia digital que actualmente interesa a toda la comunidad de la ortodoncia. Eso se refleja en que ese congreso previo está lleno desde hace meses. Después tenemos varios ponentes de nivel mundial conocidos desde hace muchos años y unas estrellas del futuro aun jóvenes. El Programa científico es tan variado como los ponentes y ofrece temas para cualquier interés.

¿Cuál es la temática del congreso?.
No existe una temática concreta del congreso. Hemos preferido elegir los mejores ponentes del mundo y dejar libertad de temática para sus conferencias. Estamos seguros de que cualquiera de ellos, sea el tema que fuere, van a proporcionar información e ideas muy valiosas.

¿Nos puede hablar sobre la trayectoria de Forestadent durante estos años?
Forestadent tiene como lema "Precisión en nuestros Negocios" para lo cual no sólo realizamos grandes inversiones en tecnología e intentamos mejorar cada día, sino que hemos querido acompasar nuestro diseño de producto con un gran esfuerzo para ser el referente mundial en educación continua, para lo que hemos contratado los ponentes mas destacados de todo el mundo, que a su vez nos ayudan a desarrollar nuevos productos.

Hotel Miramar Málaga, sede del Simposio Forestadent.

¿Desea realizar algún comentario adicional a nuestros lectores?
Solamente animar a los lectores a no perder la oportunidad de compartir estos días con varios de los mejores speakers del mundo en un entorno inigualable. Les esperamos! DT

AD

La respuesta hispano-alemana al reto que plantean las enfermedades periimplantarias

Se confiere un carácter especialmente práctico y formativo al encuentro, con la celebración de talleres de trabajo coordinados por líderes mundiales en este ámbito. Se opta por un formato novedoso y un marcado enfoque clínico. Representa un gran paso en la cooperación de estas tres sociedades científicas de España y Alemania.

Por DT Spain

Proporcionar una visión actualizada, innovadora y práctica del tratamiento de las enfermedades periimplantarias bajo la tutela de grandes expertos en este campo y en un entorno relajado, participativo e internacional es el objetivo principal de un simposio conjunto que organizan SEPA, la German Association of Oral Implantology (DGI) y la Deutsche Gesellschaft für Parodontologie e.V (DG PARO). Será en Palma de Mallorca, los días 24 y 25 de enero, y ya se ha abierto el plazo de inscripción.

DE LA MANO

Según han puesto de relieve los coordinadores científicos del evento, los doctores Frank Schwarz (DGI), Christof Döerfer (DG PARO) y Adrián Guerrero (SEPA), "será una de las reuniones científicas más atractivas del año debido a su novedoso formato, su enfoque clínico y porque representa un gran paso hacia la cooperación entre estas tres sociedades científicas de España y Alemania".

AD

Esta cooperación ha sido concebida con la intención de fusionar el conocimiento de las tres sociedades para que un intercambio de enfoques clínicos entre los expertos en enfermedades periodontales y periimplantarias de la SEPA, DGI y DG PARO de como resultado un mensaje claro para el tratamiento de las enfermedades periimplantarias.

El programa de este encuentro de sesiones clínicas sobre el tratamiento de las enfermedades periimplantarias ya está cerrado. El viernes 24 de enero se llevarán a cabo en paralelo cuatro cursos prácticos, en los que cuatro líderes mundiales en terapia de implantes compartirán sus enfoques quirúrgicos con pequeños grupos de participantes, para que cada uno de ellos pueda realizar las técnicas instruidas en modelos animales y/o artificiales, bajo la cuidadosa supervisión de cada uno de los ponentes.

En concreto, se trata de talleres prácticos en el campo de la prevención y la terapia de la periimplantitis. El Dr. Juan Blanco lidera el workshop sobre colgajo de acceso, terapia resectiva y descontaminación de la superficie del implante. Por su parte, el Dr. Jan Derks se centrará en mostrar algunos aspectos novedosos de la cirugía regenerativa de defectos los periimplantarios. Sobre el aumento de tejidos blandos alrededor de implantes se focaliza el taller que coordina el Dr. Michael Christgau. Y, finalmente, el Dr. Fouad Khoury profundizará en la reconstrucción del defecto tras de la pérdida del implante.

SESIONES CLÍNICAS

Ya el sábado, día 25, tendrá lugar el simposio titulado «Sesiones clínicas en el tratamiento de las enfermedades periimplantarias». A lo largo del día, los expertos presentarán cómo han transferido sus conocimientos del tratamiento de las enfermedades periodontales al tratamiento de las enfermedades periimplantarias, compartiendo con los participantes sus enfoques personales y su manejo de diferentes casos, que posteriormente se analizarán y discutirán en detalle.

Entre otros temas, se expondrán las similitudes y principales diferencias entre la periodontitis y periimplantitis. También se mostrarán los retos y avances en la terapia no quirúrgica empleada para el tratamiento de la periimplantitis. Igualmente, se resumirán los principales desafíos y progresos en el ámbito de la terapia quirúrgica. Otra de las sesiones se centra en la terapia de reconstrucción ósea en defectos periimplantarios, abordando temas tales como los procesos biológicos clave y factores modificadores desde la regeneración periodontal hasta la reconstrucción del defecto periimplantario, los biomateriales que deben usarse en la reconstrucción de los defectos periimplantarios y los diseños quirúrgicos y técnicas em-

pleadas en la terapia reconstructiva alrededor de las lesiones periimplantarias. Igualmente, hay prevista una mesa sobre reconstrucción de tejidos blandos alrededor de implantes. La sesión que clausura esta jornada versa sobre prevención de las enfermedades periimplantarias, con una especial alusión a la terapia periodontal de soporte para la prevención primaria y secundaria de enfermedades periodontales y periimplantarias, la cirugía de implantes dirigida a la prevención de enfermedades periimplantarias y el diseño protésico dirigido hacia la prevención de futuras enfermedades periimplantarias.

Sin duda, como afirman los coordinadores de la reunión, "si se quiere tener un conocimiento actualizado y de calidad sobre la prevención y el tratamiento de enfermedades periimplantarias, no hay que perderse este evento".

Para información del simposio: http://www.sepa.es/european-symposium/es

DT

El estrés es una de las principales causas del bruxismo

Por DT Spain

Ya llegó el fin de las vacaciones para la mayoría de los españoles y, con ello, la vuelta a la rutina y el estrés. Una de las consecuencias de esta tensión es el bruxismo, coloquialmente conocido como "apretar o rechinar los dientes" y que puede afectar tanto a los adultos como a los niños. Aunque suele ser de tipo nocturno, también puede darse durante el día.

Se trata de una disfunción de la articulación temporomandibular (ATM) que se encuentra entre el hueso temporal y la mandíbula. Dicha articulación está relacionada con la oclusión dentaria y con el sistema neuromuscular, permitiendo acciones como masticar, tragar y hablar. Este trastorno se caracteriza por la alteración de los músculos mandibulares y de las estructuras adyacentes. Asimismo, la unión discocóndilo se ve afectada en diferentes grados, lo cual marcará la evolución de las diferentes fases de la patología.

¿CUÁLES SON SUS CAUSAS?

Además del estrés, hay otros motivos que pueden provocar el bruxismo, como la maloclusión, asimetría esquelética, artritis o trastorno degenerativo e inflamatorio de las articulaciones temporomandibulares.

Para averiguar el origen y el grado de gravedad de esta patología, el Dr. Óscar Castro Reino, presidente del Consejo General de Dentistas, recomienda acudir al dentista ante los primeros síntomas, que suelen ser dolor de cabeza y de cuello, molestias en los músculos de la cara, desgaste dental y chasquidos al abrir o cerrar la boca.

"Se deben realizar diversas pruebas, como modelos articulados de la cavidad oral, radiografías y resonancias magnéticas para valorar el problema y aplicar un tratamiento correcto y personalizado para que no se complique la enfermedad. Es de vital importancia saber cómo tratar el bruxismo con el fin de mejorar la calidad de vida del paciente y evitar problemas mayores", explica el Dr. Castro.

EL TRATAMIENTO

Aunque debe ser el dentista quien recomiende el tratamiento más adecuado a cada paciente, lo más habitual para abordar el bruxismo es el uso de una férula de descarga. Este dispositivo se usa para dormir y tiene como objetivo reposicionar los cóndilos y relajar los músculos de manera progresiva. Al mismo tiempo, disminuye la tendencia a apretar los dientes e impide que se desgasten.

Los analgésicos y los antiinflamatorios también disminuyen la inflamación y las molestias típicas de esta patología. La cirugía sólo se recomienda en casos extremos.

"También es aconsejable acudir al fisioterapeuta, que ayudará a recuperar y proteger la función de la articulación de la mandíbula y a corregir defectos posturales", apunta el presidente del Consejo General de Dentistas.

Por último, se recomienda adoptar unos hábitos alimenticios saludables y realizar ejercicio físico para reducir el estrés y así evitar el bruxismo.

DT

AD