



Qué hacer si no tiene seguro dental

No tener seguro dental no significa que deba renunciar a cuidar su salud bucal. En Estados Unidos, millones de personas no cuentan con cobertura dental, pero existen recursos y estrategias que pueden ayudarle a recibir atención a un costo más accesible.

Buscar atención de manera temprana puede prevenir problemas más graves y reducir el costo del tratamiento a largo plazo.

No espere hasta sentir dolor

Muchas enfermedades dentales comienzan sin causar síntomas.

Una pequeña caries o una enfermedad leve de las encías pueden tratarse con procedimientos sencillos. Si se retrasan, pueden convertirse en infecciones, dolor intenso o pérdida de dientes.

La atención preventiva suele ser mucho menos costosa que el tratamiento de una emergencia.

Busque clínicas de bajo costo

Muchas comunidades cuentan con clínicas que ofrecen atención dental a precios reducidos.

Estas clínicas pueden:

- Cobrar según los ingresos del paciente.
- Ofrecer descuentos para personas sin seguro.
- Brindar atención preventiva y tratamientos básicos.

Pregunte siempre si utilizan una **escala móvil de tarifas (sliding fee scale)**.

Considere un Centro de Salud Comunitario

Los Centros de Salud Comunitarios (FQHC) atienden a pacientes con y sin seguro.

Muchos ofrecen:

- Exámenes dentales.
- Limpiezas.
- Empastes.
- Extracciones.
- Educación sobre salud bucal.

El costo suele depender de la situación económica del paciente.

Acuda a una escuela de odontología

Las escuelas de odontología pueden ofrecer tratamientos de alta calidad a un costo significativamente menor.

Aunque las citas suelen durar más tiempo, esta opción puede representar un ahorro importante para personas sin cobertura dental.

Pregunte por planes de pago

Muchos consultorios dentales entienden que los tratamientos pueden representar un gasto importante.

Antes de rechazar un tratamiento, pregunte si ofrecen:

- Pagos mensuales.
- Financiamiento.
- Descuentos por pago en efectivo.
- Opciones para dividir el tratamiento en varias visitas.

Cada clínica tiene sus propias políticas.

Compare precios

Los costos de los tratamientos pueden variar entre diferentes consultorios.

Si necesita un procedimiento importante, considere solicitar presupuestos en más de una clínica antes de tomar una decisión.

Recuerde que el precio no debe ser el único factor; también es importante considerar la calidad de la atención y la experiencia del profesional.

Mantenga una buena prevención en casa

Una buena higiene oral puede reducir el riesgo de tratamientos costosos.

Se recomienda:

- Cepillarse los dientes dos veces al día con pasta dental con flúor.
- Usar hilo dental diariamente.
- Limitar el consumo de bebidas azucaradas.
- Beber agua con frecuencia.
- Evitar el consumo de tabaco.

Estos hábitos ayudan a prevenir muchas enfermedades dentales.

Busque recursos comunitarios

Además de las clínicas y escuelas de odontología, algunas comunidades ofrecen:

- Jornadas gratuitas de atención dental.
- Clínicas móviles.
- Organizaciones sin fines de lucro.
- Programas para niños y adultos mayores.
- Recursos disponibles a través del servicio telefónico **2-1-1**.

Estos programas pueden variar según la localidad.

Cuándo buscar atención de inmediato

No espere si presenta:

- Dolor dental intenso.
- Inflamación de la cara o de las encías.
- Sangrado persistente.
- Un diente roto.
- Signos de infección, como fiebre o pus.

Una infección dental puede empeorar rápidamente y requerir atención urgente.

Puntos clave

- No tener seguro dental no significa que no existan opciones de atención.
 - Los Centros de Salud Comunitarios y las escuelas de odontología pueden ofrecer servicios a bajo costo.
 - Muchos consultorios ofrecen planes de pago o descuentos.
 - La prevención es una de las mejores maneras de reducir los gastos dentales.
 - Si tiene dolor intenso o signos de infección, busque atención lo antes posible.
-

Referencias

- Health Resources and Services Administration (HRSA)
- National Institute of Dental and Craniofacial Research (NIDCR)
- American Dental Association (ADA)
- U.S. Department of Health and Human Services (HHS)