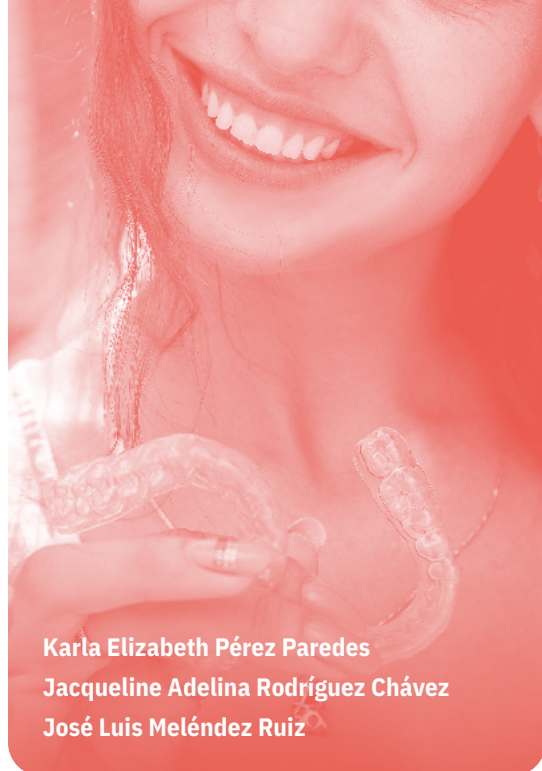


# Alineadores invisibles, los brackets de la era moderna



Karla Elizabeth Pérez Paredes  
Jacqueline Adelina Rodríguez Chávez  
José Luis Meléndez Ruíz

ENE-26

53

POR TU BIENESTAR

La ortodoncia ha experimentado un gran avance con el desarrollo de los alineadores invisibles, una alternativa moderna y estética a los brackets tradicionales. Este tipo de tratamiento ha cobrado relevancia por su comodidad, discreción y eficacia clínica, convirtiéndose en una opción atractiva para pacientes que buscan mejorar su sonrisa sin comprometer su apariencia durante el proceso. El objetivo de este artículo es presentar de manera general qué son los alineadores invisibles, sus principales ventajas y desventajas, así como la importancia de recibir atención especializada para obtener resultados exitosos.

## ¿Te dijeron que necesitas brackets, pero no te gusta cómo se ven?

No te preocupes, hoy en día los brackets no son la única opción para tratar una maloclusión dental. Una alternativa moderna y estética es el uso de alineadores invisibles, un tratamiento de ortodoncia que ha ganado popularidad en los últimos años.

## Pero... ¿qué son los alineadores invisibles?

Los alineadores invisibles están hechos de un material plástico, transparente y removible, lo que los hace discretos, cómodos y casi imperceptibles (figura 1). Son la opción más estética para un tratamiento de ortodoncia [1]. Incluso, existen estudios que indican que este tipo de tratamiento puede

ser menos doloroso que el realizado con brackets tradicionales [2,3].

## ¿Quién puede usarlos?

Para saber si eres candidato, es fundamental acudir con un especialista en ortodoncia. Esta es una rama de la odontología encargada del diagnóstico, prevención y tratamiento de las maloclusiones dentales (lo que comúnmente llamamos “dientes chuecos”). El ortodoncista valorará tu caso y te pedirá estudios, como radiografías, tomografías (un tipo de radiografía tridimensional que permite ver los dientes y estructuras óseas con mayor detalle) y fotografías clínicas. Si eres candidato, se te realizará un escaneo digital de tus dientes para planificar tu tratamiento. Ahora bien, los alineadores se fabrican de forma personalizada utilizando tecnología digital y se cambian aproximadamente entre 1-2 semanas [1]. Cada uno de ellos realiza movimientos específicos para reposicionar gradualmente tus dientes.

## Ventajas de los alineadores invisibles

Existen varias ventajas, entre ellas están la estética, porque son casi imperceptibles, y la co-



**Figura 1.** Alineadores invisibles.

modidad, ya que no hay alambres ni ligas. Ocasionalmente ocasionan menos irritación en encías y labios y se facilita tener una buena higiene, pues, al ser removibles, es más difícil que la comida se quede atorada en comparación a los brackets. Además, se puede seguir utilizando hilo dental como de costumbre a diferencia de los brackets, ya que el arco que conecta los brackets hace que sea más difícil pasar el hilo dental entre los dientes [4]. Otra ventaja es que no existen restricciones de alimentos; es decir, puedes comer palomitas, manzanas, cacahuates o almendras sin preocupación, que son los alimentos que comúnmente prohibimos con los brackets, pues los alineadores se retiran [1].

### Desventajas de los alineadores invisibles

No todas las personas son candidatas para un tratamiento con alineadores invisibles. A diferencia de los brackets, que “jalan” los dientes mediante un sistema de alambres y ligas, los alineadores “empujan” de manera controlada y gradual los dientes. Imagina que tus dientes son vagones de un tren desalineado, los brackets son los rieles y el arco son los cables que lo obligan a colocarse en la misma dirección; mientras que los alineadores funcionan como un molde que “empuja” a los dientes a donde deben de ir. Esto significa que ciertos movimientos dentales

pueden ser más fáciles de lograr con brackets, y otros con alineadores. Además, los alineadores requieren un alto nivel de compromiso por parte del paciente. Deben usarse entre 20 y 22 horas al día para que el tratamiento sea efectivo [1].

Aunque sean técnicamente “invisibles”, si tomas bebidas con mucho pigmento como vino tinto o agua de jamaica, con los alineadores puestos, estos pueden cambiar de color. Además, no debes tomar bebidas calientes, como café o té, mientras los usas porque se pueden deformar o inclusive derretir [1]. También, es importante considerar que, en general, los alineadores invisibles suelen tener un costo más elevado que la ortodoncia tradicional con brackets. Por eso, es fundamental que un ortodoncista evalúe tu caso y te indique cuál es la mejor opción para ti.

### ¿Qué pasa si no los usas el tiempo recomendado?

Como mencionamos anteriormente, es importante utilizarlos entre 20 y 22 horas al día para que el tratamiento funcione correctamente. De lo contrario, tu tratamiento se retrasa o no avanza y los dientes podrían volver a su posición original. Además, es posible que el siguiente par de alineadores no encaje correctamente en tus dientes, ya que los alineadores anteriores no completaron los movimientos necesarios y los dientes no se movieron como debían.

### Duración del tratamiento

En algunos de los casos, especialmente donde los movimientos dentales requeridos son leves o moderados, los tratamientos de ortodoncia con alineadores invisibles pueden ser

más rápidos que los realizados con brackets tradicionales. La duración del tratamiento varía según la complejidad de cada caso, pero generalmente oscila entre 6 meses y 2 años [5].

Existen diferentes marcas de alineadores invisibles en el mercado, pero es fundamental que tu tratamiento sea supervisado por un especialista en ortodoncia. Aunque algunas marcas promocionan tratamientos completamente en línea, enviándote los alineadores a través de paquetería y sin consultas presenciales, se debe tener mucho cuidado con este tipo de opciones. Tu salud bucal no debe tomarse a la ligera: un tratamiento mal planificado o sin supervisión profesional puede causar más daño que beneficio. Siempre es recomendable acudir con un ortodoncista certificado que evalúe tu caso de forma personalizada y te dé el seguimiento adecuado.

Si bien los alineadores invisibles suelen tener un costo más elevado que la ortodoncia tradicional con brackets, en algunos centros de formación universitaria es posible acceder a este tipo de tratamiento con tarifas reducidas, bajo la supervisión de especialistas en ortodoncia. Si estas considerando mejorar tu sonrisa, consulta a un ortodoncista y conoce todas tus opciones (figura 2).

Los alineadores invisibles representan una alternativa moderna y estética para corregir maloclusiones dentales. Entre sus principales ventajas destacan la comodidad, la higiene y la apariencia discreta; sin embargo, requieren disciplina y supervisión profesional para lograr resultados exitosos. No todos los casos son candidatos para este tipo de tratamiento, por lo que la valoración por un ortodoncista es fundamental. En definitiva, los alineadores invisibles ofrecen una manera eficaz y

estética de mejorar la sonrisa, siempre y cuando se realicen bajo la guía de un especialista.

## Referencias

1. Kobkiatkawin C, Panyayong W, Suphangul S, Thiradilok S. Color stability of clear aligners exposed to various beverages: an in vitro study. *BMC Oral Health*. 2025;25(1):971. doi: 10.1186/s12903-025-06343-1.
2. Budhreja SN, Nanjannawar LG, Agrawal JM, Shetti SS, Fulari SG, Patil HS. Pain perception and sEMG of masticatory muscle in clear aligners vs. Conventional orthodontics: A systematic review and meta-analysis. *Dent Res J*. 2025;22:29. doi: 10.4103/drj.drj\_367\_24.
3. Hashemi S, Hashemi SS, Tafti KT, Khademi SS, Ariana N, Ghasemi S, *et al*. Clear aligner therapy versus conventional brackets: Oral impacts over time. *Dent Res J (Isfahan)*. 2024;21:6.
4. Ponton E, Rossouw PE, Javed F. Comparison of oral microbial profile among patients undergoing clear aligner and fixed orthodontic therapies for the treatment of malocclusions: An updated review. *Dent J (Basel)*. 2025;13(7):322. doi: 10.3390/dj13070322.
5. Alhamwi AM, Burhan AS, Idris MI, Nawaya FR. Duration of orthodontic treatment with clear aligners versus fixed appliances in crowding cases: a systematic review. *Clin Oral Investig*. 2024;28(5):249. doi: 10.1007/s00784-024-05629-y.



**Figura 2.** Sonrisa bajo tratamiento de alineadores.

**Karla Elizabeth Pérez Paredes** Especialidad en Ortodoncia, Departamento de Clínicas Odontológicas Integrales, Centro Universitario de Ciencias de la Salud (CUCS), Universidad de Guadalajara (UdeG).

**Jacqueline Adelina Rodríguez Chávez** Departamento de Clínicas Odontológicas Integrales, CUCS, UdeG.

**José Luis Meléndez Ruiz** Departamento de Clínicas Odontológicas Integrales, CUCS, UdeG.

Contacto: jacqueline.rchavez@academicos.udg.mx