

La salud bucal y los adultos de edad avanzada

¿Qué es la salud bucal?

La salud bucal no se limita a mantener los dientes limpios. Incluye las mandíbulas, labios, encías, dientes, lengua y glándulas salivales. Al envejecer somos más propensos a sufrir problemas de salud bucal. Es importante conversar sobre salud bucal con su dentista y profesional de atención médica primaria (médico, enfermera o asistente médico).

¿Cuáles son los problemas de salud bucal más frecuentes en las personas adultas de edad avanzada?

- Enfermedad de las encías (periodontitis) es debida al acúmulo de sarro y causa infecciones profundas en las encías. Provoca pérdida de tejidos, hueso y dientes y aumenta su riesgo de sufrir otras enfermedades, como diabetes, infartos de corazón o derrame cerebral.
- Caries
- Cáncer de boca y garganta
- Sequedad bucal, que puede ser provocada por medicamentos para la hipertensión, la depresión u otros problemas de salud.

¿Cuáles son las señales de advertencia de los problemas de salud bucal?

- Inflamación, enrojecimiento o sensibilidad de las encías u otro dolor en la boca o dientes
- Sangrado al cepillarse, usar hilo dental o masticar
- Pérdida o separación de dientes
- Sequedad bucal
- Llagas en la boca
- Mal aliento persistente
- Cambios en la mordida
- Bultos o engrosamientos en el interior de la boca
- Irritación y/o sensación persistente de tener algo en la garganta



- Dificultad para masticar, tragar o mover ciertas partes de la boca

¿Cuál es el tratamiento para estos problemas?

- La enfermedad de las encías se trata con una limpieza profunda de la placa y el sarro acumulados en sus dientes y encías. De ser más grave, podría necesitar cirugía.
- Medicamentos que incluyen enjuague bucal, gel u antibióticos orales para infecciones.
- Pueden cambiarle medicamentos que causen sequedad bucal. También ayudan a controlar la sequedad bucal enjuagues bucales especiales y caramelos o chicles sin azúcar.
- El tratamiento de cáncer de boca y garganta puede incluir cirugía, radioterapia o quimioterapia.



in partnership with



National *Interprofessional Initiative*
on Oral Health



La salud bucal y los adultos de edad avanzada

¿Qué puede hacer para reducir sus riesgos?

- Cepílese los dientes dos veces al día con pasta dental que contenga flúor.
- Use hilo dental diariamente.
- Visite al dentista con regularidad.
- Evite el tabaco, incluyendo el tabaco de mascar.
- Limite el consumo de bebidas alcohólicas.
- Pregunte a su profesional de atención médica primaria si la sequedad bucal es debida a los medicamentos que usa.
- Converse con su dentista y su profesional de atención médica primaria sobre los medicamentos que está tomando.

¿Cómo debe cuidar sus prótesis dentales?

Diariamente:

- Antes de cepillar sus prótesis, enjuáguelas con agua fría o tibia.
- Cepille todas las superficies de sus prótesis con una pasta limpiadora especial para dentaduras postizas. Use sólo cepillos de dientes de cerdas suaves o diseñados especialmente para prótesis.

- Cepílese el interior de las mejillas, encías, paladar y la lengua.
- Cuando no esté usando sus prótesis, colóquelas en un lugar seguro y cúbralas con agua.
- Use solo los adhesivos recomendados por su dentista.

Pregunte a su profesional de atención médica primaria:

- ¿Tengo riesgo de sufrir problemas de salud bucal?
- ¿Con qué frecuencia debo ir al dentista?
- ¿Cómo evito tener problemas de salud bucal en el futuro?
- ¿Cuál es la mejor manera de cuidar mis dientes?
- ¿Cómo puedo combatir la sequedad bucal?
- ¿Examinará mi boca en mis consultas de atención médica primaria?
- Si usted no es dentista ¿por qué es importante que examine mi boca?

Más información

- **National Institute of Dental and Craniofacial Research:** www.nidcr.nih.gov/OralHealth/OralHealthInformation/OlderAdults/
- **US Department of Health and Human Services:** <http://healthfinder.gov/HealthTopics/Category/doctor-visits/regular-check-ups/oral-health-for-older-adults-quick-tips>

Notes:

