

Salud bucodental en personas adultas mayores



Personas adultas mayores, no importa la edad, cuiden siempre su salud oral.

A medida que uno se hace mayor, resulta aún más importante cuidar los dientes y la salud bucodental.

Una idea errónea generalizada es que es inevitable perder los dientes:

No es cierto

Si se cuidan correctamente, los dientes pueden durar toda la vida.

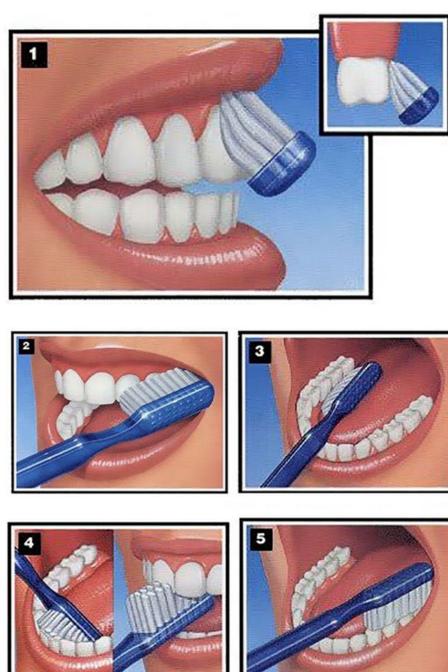
¿Cómo afecta a la salud bucal?

Durante la tercera edad, es posible que enfrente alteraciones referidas a su salud bucal, aún si usted se cepilla y utiliza hilo dental con regularidad.

El uso de prótesis dentales, tomar medicamentos y los trastornos generales de la salud, suelen ser comunes en la tercera edad.

Afortunadamente, el odontólogo y el médico pueden ayudarle a enfrentar la mayoría de esos desafíos satisfactoriamente.

Las caries y el deterioro de las superficies radiculares de los dientes son más comunes en las personas mayores, por lo tanto, es importante cepillarse con una pasta de dientes con flúor y utilizar el hilo.



¿Qué hacer?

Al adoptar hábitos bucales sanos en casa, tomar decisiones inteligentes sobre la dieta y el estilo de vida y solicitar asistencia dental con regularidad, puede contribuir a que los dientes le duren toda la vida, ya tenga dientes naturales, implantes o dentadura postiza.

Algunas afecciones

La sensibilidad puede agravarse a medida que se avanza en edad. Las encías se retraen con el tiempo, exponiendo zonas del diente que no están protegidas por el esmalte. Esas zonas son particularmente propensas al dolor ante alimentos o bebidas frías o calientes. En casos severos, puede presentarse sensibilidad al aire frío, a bebidas y alimentos ácidos y dulces. Si experimenta sensibilidad, pruebe una pasta para dientes sensibles. Si el problema persiste, consulte al dentista, ya que la sensibilidad puede indicar un trastorno más serio, como una caries o un diente dañado o fracturado.

La sequedad en la boca puede ser causada por medicamentos o ciertos trastornos médicos. Si no se trata, esto puede dañar los dientes. Su dentista le recomendará varios métodos para recuperar la humedad de la boca, además de tratamientos o medicamentos apropiados para evitar los problemas relacionados.



Limpieza de prótesis

La correcta limpieza de la prótesis dental es primordial tanto para tu prótesis como para tu salud.

1 Cepilla tu prótesis con el cepillo especial Polident de doble cabezal y Polident pasta.



2 Sumerge tu prótesis en el Baño Polident lleno de agua de manera que quede totalmente cubierta.



3 Pon una tableta Polident en el Baño con agua.



4 Deja tu prótesis en agua el tiempo indicado para una limpieza y desinfección total.

5 Aclara tu prótesis con abundante agua, hasta que quede reluciente.



6 Con un cepillo blando, cepilla tus encías para masajearlas y favorecer la circulación.



7 Por último, enjuágate con el Colutorio Polident para mantener tus encías sanas y prevenir el mal aliento.



GOBIERNO DE MÉXICO

SALUD

SECRETARÍA DE SALUD

SNDIF

SISTEMA NACIONAL PARA EL DESARROLLO INTEGRAL DE LA FAMILIA