

Salud bucal en la tercera edad



La esperanza de vida ha aumentado considerablemente en los últimos tiempos, siendo actualmente el 18% de la población mayor de 65 años. Dentro de la salud bucal, vejez no es sinónimo de edentulismo, y es de máxima importancia realizar un buen control sobre nuestros pacientes y realizar, sobre todo, terapias preventivas para garantizar una estabilidad y mejora de su salud bucodental.

Dentro de los cambios que se producirán en la boca de un paciente mayor en cuanto a las estructuras orales se encuentran:

- A nivel de esmalte: desgaste, coloración más oscura presencia de grietas o fisuras.
- A nivel de dentina: disminución sensibilidad
- A nivel pulpar: aumento de calcificaciones (en algunos casos imposibilita realizar tratamientos de conducto).
- Dificultad masticatoria en los casos que haya edentulismo (pérdida de dientes).
- Sequedad bucal o xerostomía.
- Alteración del sentido del gusto y del olfato.

La mejor manera de prevenir que estos cambios sean un problema para el paciente a largo plazo es, por un lado, la concienciación de visitas al odontólogo para controles rutinarios. En segundo lugar, la colaboración del paciente mediante buenos hábitos (no fumar, tener una dieta equilibrada, control de enfermedades sistémicas...). En tercer lugar, una correcta higiene bucal 3 veces al día y el uso de productos que ayuden a cuidar todas las estructuras bucodentales así como las prótesis (en el caso de ser portadores).

Para la higiene bucodental se recomendará a estos pacientes:

Si el paciente presenta todos sus dientes, deberá utilizar un cepillo con filamentos suaves para no dañar la encía y utilizar pastas con la concentración de flúor específica que estén desarrolladas para combatir el envejecimiento producido por radicales libres y ayudar de esta manera a conservar la integridad de dientes y encías. También se recomienda siempre el uso de seda dental o bien cepillos interproximales si

Salud bucal en la tercera edad

los espacios interdentales son muy grandes.

Si por el contrario, el paciente es portador de alguna prótesis (total o parcial, sobre mucosa, dientes o sobre implantes) deberá limpiar la prótesis con un cepillo específico (VITIS prótesis) con agua y jabón pH neutro, y es recomendable una vez a la semana el uso de pastillas limpiadoras para la prótesis. Primero limpiar con agua y jabón, a continuación meter la pastilla efervescente en agua tibia e introducir la prótesis durante 30 minutos, para acabar aclarar con agua. También se recomienda el uso de irrigadores orales si lleva prótesis fija.

En el caso de que el paciente esté institucionalizado y sea independiente, deberá seguir las indicaciones dadas. En el caso de que el paciente padezca alguna enfermedad que le impida poder mantener una buena higiene ya sea por dependencia o falta de psicomotricidad, deberán ser sus cuidadores los encargados de controlarla.

Bibliografía

ADACHI, Mieko, et al. Effect of professional oral health care on the elderly living in nursing homes. *Oral Surgery, Oral Medicine, Oral Pathology, Oral Radiology and Endodontics*, 2002, vol. 94, no 2, p. 191-195.

PETERSEN, Poul Erik; YAMAMOTO, Tatsuo. Improving the oral health of older people: the approach of the WHO Global Oral Health Programme. *Community dentistry and oral epidemiology*, 2005, vol. 33, no 2, p. 81-92.

DORMENVAL, Valérie, et al. Associations between malnutrition, poor general health and oral dryness in hospitalized elderly patients. *Age and ageing*, 1998, vol. 27, no 2, p. 123-128.