

# Siempre hágase tiempo para la atención de la salud bucal de los adultos mayores

Cuando un adulto mayor ingresa en un centro de atención a largo plazo, los familiares y cuidadores deben asegurarse de que la salud bucal siga siendo una prioridad.

Una buena salud bucal es esencial para su salud general.

- Mantener una boca saludable ayuda a las personas mayores a comer y dormir bien.
- Eliminar la placa de los dientes antes de que ingrese en el torrente sanguíneo disminuye el riesgo de que se formen coágulos sanguíneos, se endurezcan las arterias y se produzcan problemas de azúcar en la sangre.
- Mejorar la higiene bucal reduce las posibilidades de contraer neumonía o morir por su causa.<sup>1</sup>

Consejos para los cuidadores:

- Siempre deben lavarse bien las manos.
- Cepille los dientes del paciente todos los días y use hilo dental.
- Las dentaduras postizas deben limpiarse diariamente y quitarse todas las noches.
- Ayudar a los adultos mayores para que no tengan sequedad de boca. Cientos de medicamentos pueden reducir el flujo de saliva, lo que aumenta el riesgo de padecer caries dental.
- Controle la boca del paciente para ver si tiene dientes rotos o llagas, ampollas o protuberancias.

Los adultos mayores que reciben atención de la salud bucal a diario son más propensos a evitar las enfermedades dentales y disfrutar de una mejor calidad de vida.

## ¿Sabía usted?

El diez por ciento de los estadounidenses de más de 85 años de edad vive en centros de atención a largo plazo.<sup>2</sup>



# Consejos útiles

Los cuidadores deben recopilar los antecedentes de salud bucal de los adultos mayores a los que brindan servicios. Aquí le dejamos algunas preguntas importantes:

- ¿El adulto mayor usa dentadura postiza? De ser así, ¿es una dentadura postiza total o parcial?
- ¿Quién es el dentista familiar y cuál es su información de contacto?
- ¿Cuándo fue el último control dental del adulto mayor?
- ¿Existe un historial de problemas dentales?
- ¿Qué medicamento toma el adulto mayor actualmente?
- ¿Cuáles son las mejores maneras de fomentar la cooperación con la higiene bucal? ¿Qué les ha funcionado en su casa a los miembros de la familia?



¡Visítenos en línea para obtener más información sobre la salud bucal y la salud en general!

**1** Rosenblum, R, "Oral Hygiene Can Reduce the Incidence of and Death Resulting from Pneumonia and Respiratory Tract Infection," *Journal of the American Dental Association* 141, no. 9 (2010): 1117-118. **2** Administration on Aging, "Profile of Older Americans: 2015—Living Arrangements," web.

**Una sonrisa saludable, una vida feliz**

Delta Dental of Arkansas, Indiana, Kentucky, Michigan, New Mexico, North Carolina, Ohio, y Tennessee.

