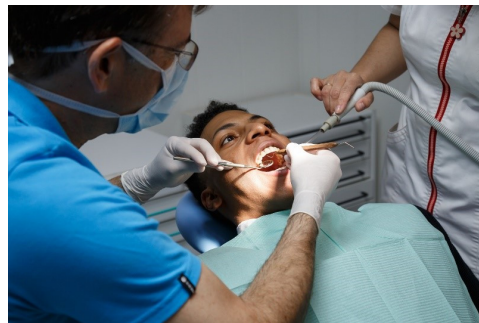


El apoyo a la salud oral

Hoja informativa para la persona de apoyo

Información clave

Las personas con discapacidades intelectuales o del desarrollo (Intellectual and Developmental Disabilities, I/DD) corren un alto riesgo de tener enfermedades dentales. La mala salud bucal está asociada con enfermedades crónicas como la diabetes y las enfermedades cardíacas. La enfermedad oral también está asociada con el uso de tabaco y el consumo de alimentos y bebidas azucarados. Se debe enseñar y animar a las personas con I/DD a cepillarse los dientes y las encías. Es posible que las familias y los trabajadores de apoyo necesiten asesoramiento o capacitación sobre cómo ayudar a las personas en el área de atención dental.



Atención dental en casa

Una dieta saludable es importante para un buen cuidado dental. Es importante evitar las bebidas azucaradas y los bocadillos, así como beber agua después de las comidas.

Es posible que a las personas con I/DD se les deba mostrar cómo cepillarse los dientes correctamente. Algunas personas necesitarán más capacitación que otras o se les recordará que deben cepillarse los dientes con regularidad. Algunas personas pueden beneficiarse de un cepillo de dientes con un mango adaptado.

El cepillado incorrecto puede causar enfermedad de las encías. Esto es doloroso y la persona puede entonces resistirse a cepillarse los dientes y las encías.

Algunas personas necesitarán familiares o trabajadores de apoyo para cepillarse los dientes y las encías. El limpiar los dientes de otra persona es bastante complejo e intrusivo.

Es importante obtener asesoramiento profesional sobre cómo hacerlo.

Consejos para mantener una boca sana:

- Cepillarse los dientes al menos dos veces al día, por la mañana y por la noche.
- Si es posible, usar un cepillo de dientes eléctrico; es más fácil de usar y limpiará mejor los dientes.
- Usar un cepillo de dientes de tres lados.
- Cepillarse en círculos pequeños a lo largo de la línea de encías donde se encuentran las encías y los dientes.
- Usar una pequeña cantidad de pasta de dientes del tamaño de un chícharo.
- Usar hilo dental o cepillos interdentales.
- Limpiar las dentaduras postizas después de cada comida y dejarlas en agua durante la noche.
- Reemplazar el cepillo de dientes o la cabeza del cepillo cada 3 meses.
- Recuerde que cada persona es diferente y tiene necesidades diferentes en lo que respecta a la atención médica oral. Apoye a la persona para que siga las recomendaciones de su dentista.



Para obtener más información:

Información de salud oral de los Centers for Disease Control and Prevention: (URL: <https://www.cdc.gov/dental-infection-control/hcp/summary/index.html>).

Quizás le interesen estas hojas informativas:

Señales de enfermedad

Mantenerse saludable

Esta hoja informativa se actualizó en junio de 2021.

La hoja informativa solo contiene información general y no tiene en cuenta las circunstancias individuales. No debe utilizarse como consejo médico. Le recomendamos que mire detenidamente la información de esta hoja informativa con su profesional de salud para decidir si la información es correcta para usted.

Este módulo fue adaptado del NSW Council for Intellectual Disabilities (2009), Australia. El kit de herramientas y sus componentes contaron con el apoyo en parte de la subvención o acuerdo de cooperación número DD000014, financiado por los Centers for Disease Control and Prevention y por la University Center for Excellence in Developmental Disabilities financiado por la Administration on Community Living Grant n.º 90DDUC0039. El contenido es responsabilidad únicamente de los autores y no necesariamente representa las opiniones oficiales de los Centers for Disease Control and Prevention, la Administration on Community Living, o el Department of Health and Human Services.