

La salud bucal afecta todo el cuerpo.

Es una parte importante de la atención del VIH.

¿Sabía esto?

Muchos
problemas de
salud bucal pueden
prevenirse o
tratarse fácilmente.



Hilo dental

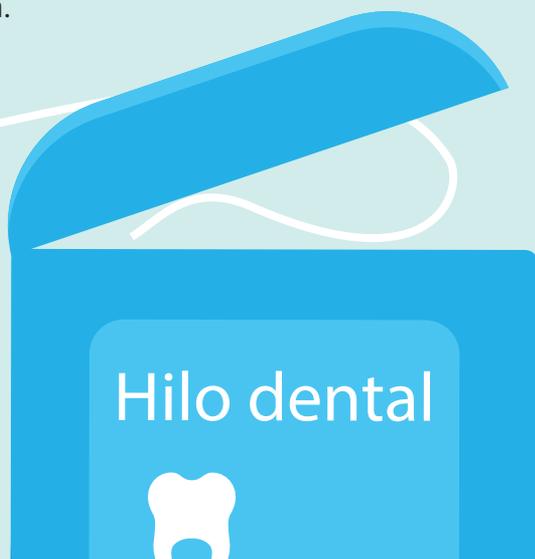


Cuide su boca.

A menudo, las personas con el VIH tienen el sistema inmunitario debilitado, lo que puede contribuir a los problemas de salud bucal. Muchos de estos problemas con los dientes, las encías o la boca pueden prevenirse o tratarse rápidamente.

Si usted es VIH positivo, avise a su proveedor de atención dental para que pueda darle la mejor atención posible. Su proveedor puede trabajar con sus médicos, enfermeros y administradores de casos para garantizar que usted reciba el tratamiento que necesita. Cuanto antes reciba el tratamiento, más rápido se recuperará.

Algunos problemas de salud bucal son dolorosos. Pueden hacer que comer y beber sea incómodo. El tratamiento temprano puede solucionar estos problemas y evitar que empeoren.

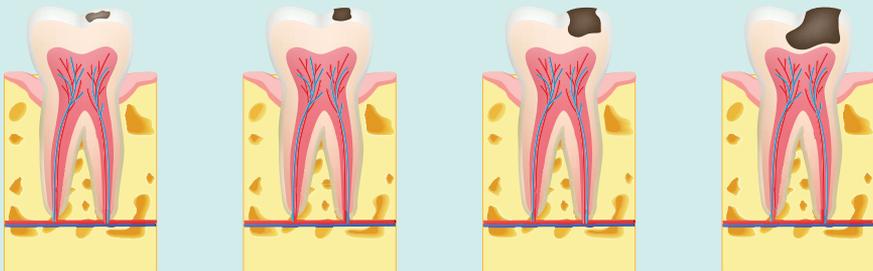


CONSEJO

El hilo dental limpia las áreas donde el cepillo de dientes no llega. Si tiene problemas para usar el hilo dental, pregunte a su dentista cómo puede limpiar entre los dientes.

Caries y enfermedad de las encías

¿Qué son las caries?



Las caries son manchas tenues o pequeños agujeros en los dientes. Las causa un recubrimiento blanco y pegajoso en los dientes llamado placa.

La placa está formada de bacterias (gérmenes) y fragmentos diminutos de comida que quedan en la boca. Estas bacterias producen ácidos que corroen los dientes. Una buena salud bucal en casa ayuda a evitar las caries eliminando la placa. Cepílese los dientes y use hilo dental periódicamente.

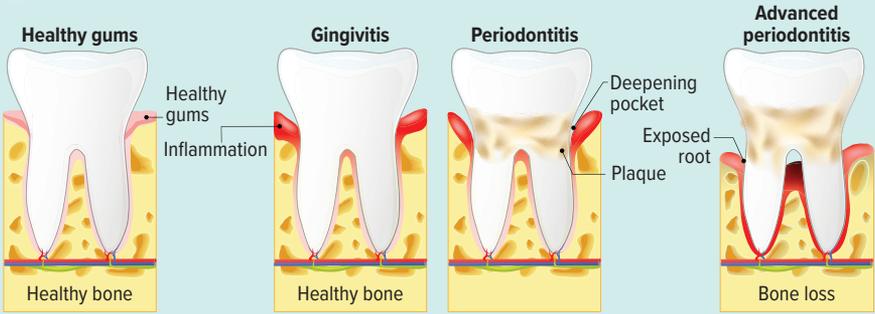
Al principio, las caries son pequeñas y no hacen daño. A medida que se hacen más profundas, se vuelven dolorosas. Es posible que sea necesaria una endodoncia para salvar el diente. Cuando las caries no se tratan, pueden generar una infección peligrosa en la boca. Incluso puede perder el diente.



CONSEJO

Elija una pasta dental con flúor y use un cepillo de dientes de cerdas suaves. Cambie su cepillo de dientes cada 3 o 4 meses. Cámbielo antes si las cerdas se desgastan.

¿Qué es la enfermedad de las encías?



Las encías y el hueso sostienen los dientes en la boca. Tiene la enfermedad de las encías cuando las encías y el hueso de la boca se infectan. Muchas personas con el VIH tienen la enfermedad de las encías, que empeora muy rápido.

Señales a las que debe estar atento:

- Enrojecimiento o inflamación de las encías.
- Sangrado de las encías cuando se cepilla los dientes o usa hilo dental.
- Espaciamiento entre las encías y los dientes.
- Aflojamiento de los dientes.

Consulte con su dentista periódicamente. El tratamiento temprano de la enfermedad de las encías es importante. Si la enfermedad de las encías no se trata, los dientes pueden moverse o aflojarse de tal manera que puede ser necesario extraerlos.



Infecciones y úlceras bucales

Las personas con el VIH tienen mayor probabilidad de tener úlceras e infecciones en la boca. Esto incluye la lengua y los labios. Los tipos más frecuentes de úlceras o infecciones que afectan a las personas con el VIH son:

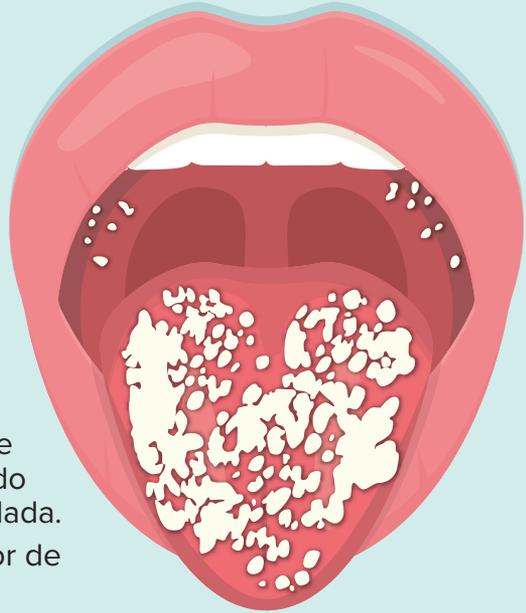
- Candidiasis.
- Úlceras bucales: aftas, herpes labiales o herpes febriles. Algunas de estas infecciones son poco frecuentes. Solo su dentista puede detectarlas. Otras infecciones son frecuentes. Producen síntomas que usted puede ver o sentir.

¿Qué es la candidiasis?

La candidiasis es una infección en el interior de la boca. La causa un hongo.

La candidiasis puede verse como:

- Manchas blancas en la boca que pueden desaparecer.
- Una úlcera plana y roja que arde, especialmente cuando come comida picante o salada.
- Grietas en la piel alrededor de las comisuras de la boca.



Hay muchas cosas que pueden causar la candidiasis: algunos medicamentos, las dentaduras postizas o un cambio en su salud. Si cree que ve candidiasis, comuníquese con su proveedor de atención médica.

La candidiasis se puede tratar con enjuagues bucales, píldoras o pastillas para chupar (tabletas que se derriten en la boca). Si los hongos no se tratan, se pueden extender a la garganta. Si esto sucede, es posible que necesite un tratamiento más complejo. Incluso puede que deba permanecer en el hospital. Lo mejor es recibir el tratamiento a tiempo.



¿Qué son las úlceras bucales?

Algunas úlceras bucales son las aftas y el herpes bucal, o herpes febril. Las úlceras bucales son frecuentes, incluso en las personas que no tienen el VIH. Sin embargo, las personas con el VIH pueden tener úlceras más grandes y dolorosas que tardan más en curarse. Si tiene una úlcera que no desaparece o no se cura en 7 a 10 días, consulte con su dentista.

Para aliviar el dolor de las úlceras bucales:

- Evite la comida ácida, como el jugo de naranja o el tomate.
- Evite la comida picante, como la salsa picante.
- Hable con su dentista sobre los medicamentos de venta sin receta. Su dentista puede recetarle medicamentos para prevenir ciertos tipos de úlceras bucales.

Prevención

Las caries, la enfermedad de las encías y las úlceras bucales pueden sucederle a cualquier persona. La buena noticia es que puede evitar muchos de estos problemas.

Siga estos pasos simples:

- Cepílese los dientes después de cada comida, o al menos dos veces al día.
- Use hilo dental a diario.
- Use enjuague bucal a diario.
- Pregunte a su dentista si debe usar un enjuague bucal específico.
- Use productos para la sequedad bucal para obtener alivio por un período corto.
- Puede ayudar a producir más saliva y mantener la boca húmeda mascando chicle sin azúcar y bebiendo agua en lugar de bebidas azucaradas.
- Consulte al dentista cada 6 meses para que le haga una limpieza de rutina y un examen general. Hágalo incluso si sus dientes se ven normales.

Su dentista puede encontrar y eliminar las caries antes de que causen dolor. También puede examinar si tiene la enfermedad de las encías, infecciones bucales, úlceras y cáncer. Debe consultar a su dentista incluso si no tiene dientes.

Examínese la boca

Examínese la boca al menos una vez al mes en busca de señales de infecciones y úlceras.

Examine:

- la lengua
(por arriba y por abajo)
- los labios
- las encías
- las mejillas
- el paladar

Consulte a su dentista si ve:

- manchas blancas, violetas o rojas
- úlceras dolorosas
- protuberancias
- úlceras que no se curan después de 7 a 10 días



Una buena nutrición

La alimentación saludable es importante para controlar la infección por el VIH. Necesita comida saludable y nutritiva para mantenerse sano y tener una buena salud bucal. Elegir una alimentación bien equilibrada ayuda al cuerpo a combatir el VIH.

Evite las comidas y bebidas que tengan mucha azúcar. El azúcar ayuda a que se formen caries.

Hable con un miembro de su equipo de atención médica sobre el valor de una alimentación saludable y equilibrada. Pida consejos sobre comidas y bebidas que no causen caries.





Consulte a su dentista

Pregunte a su médico, enfermero o administrador de casos el nombre y número de teléfono de un dentista. Incluso pueden programar una cita para usted.

Información de contacto local



Department
of Health



AIDS Education &
Training Center Program