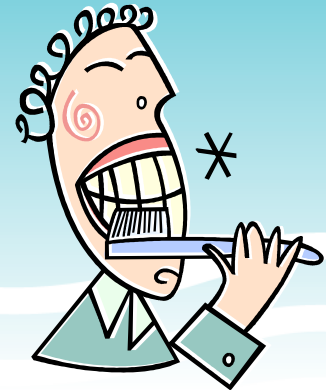


## Noticias Calientes Acerca de la Salud

**Hable con su higienista dental acerca del cuidado adecuado de la salud bucal de los adolescentes**



La buena alimentación y la correcta higiene bucal en casa son muy importantes durante la adolescencia. Una dieta, un cepillado y un uso del hilo dental adecuados desempeñan un papel importante a la hora de mantener una sonrisa saludable y preservar los dientes durante estos años que presentan tantos desafíos. Las caries y las enfermedades periodontales (de las encías) pueden ser una amenaza tanto para los adolescentes como para los adultos. Los resultados de una encuesta reciente muestran que el sangrado de las encías era el problema que más prevalecía entre los adolescentes y que tres cuartas partes de los jóvenes encuestados de entre 13 y 17 años presentan sangrado de las encías.

Los adolescentes tienen problemas específicos que no comparten con grupos de edades menores. Algunas de estas cuestiones son: las perforaciones (piercings) bucales, los protectores bucales, los trastornos alimenticios y los tratamientos de ortodoncia, así como los altos índices de caries dentales.

Las investigaciones actuales sugieren que el índice de caries en general está disminuyendo, aunque sigue alcanzando su máximo nivel durante la adolescencia<sup>6</sup>. La Academia Estadounidense de Odontología Pediátrica recomienda el siguiente tratamiento y prevención para las caries en adolescentes: fluoración, higiene bucal, control de la dieta y selladores. La adolescencia también puede ser un período crítico que afecta el estado periodontal de un individuo. La información actual sugiere que el daño irreversible del tejido debido a una enfermedad periodontal empieza en la adolescencia tardía y la edad adulta temprana. Los cambios en la pubertad afectan de modo característico al hueso, al tejido conectivo y a las encías que circundan y sostienen los dientes de los adolescentes jóvenes, con un aumento en la inflamación que es, en la mayoría de los casos, manejable a través de una Buena higiene bucal y cuidados profesionales regulares<sup>7</sup>.

Dado que muchos problemas de la salud bucal que pueden volverse serios en la edad adulta se pueden prevenir en la adolescencia, éste es el momento ideal para empezar a platicar con los adolescentes acerca de la importancia de un cuidado regular y minucioso.

<http://www.adha.org/oralhealth/index.html>. Copyright 2009, American Dental Hygienists Association.

[http://www.adha.org/downloads/2007\\_NDHM\\_fact\\_sheet\\_ES.pdf](http://www.adha.org/downloads/2007_NDHM_fact_sheet_ES.pdf), 4/2/09.

Used by permission of the publisher.

Brought to your report card  
by The Campbell University  
School of Pharmacy's  
Wellness Institute Middle  
School Program and  
Healthy Harnett