



# Técnicas para la higiene bucodental



La higiene bucodental forma parte importante de las actividades de la vida diaria en la PAM, frecuentemente se ignora y con mayor medida en las personas que están en cama, pero debe hacerse al levantarse, y después de cada comida. En el presente recurso se aborda las técnicas para la higiene bucodental.

# Higiene bucodental

Se debe realizar en todas las personas adultas mayores, al levantarse y después de cada comida, independientemente de su condición física, o estado de conciencia, es decir si están en cama o deambulan (caminan).

Existen dos maneras de realizar la higiene bucodental de la PAM, ya sea con gasa o con cepillo de dientes, su selección depende de:

- Estado de conciencia de la PAM.
- Persona con edentulismo (pérdida de piezas dentales).
- Personas con movilidad reducida, que debe permanecer en cama  
Personas con demencia o Alzheimer.
- Personas agresivas.

En aquellas personas con alteración del estado de conciencia, encamadas, con demencia o agresivas se utiliza un baja lenguas, cubierto con gasa y solución de bicarbonato de sodio para la higiene



de la cavidad oral. Se utiliza el baja lenguas para no introducir el dedo a la cavidad oral, ya que existe un riesgo de que la PAM pueda morder y causar un accidente.

### **Objetivo:**

- Es un procedimiento que proporciona sensación de bienestar en la persona.
- Previene infecciones en la cavidad oral.
- Se realiza para mantener la higiene y humedad de las mucosas.
- Mantener la capacidad para masticar bien la comida.
- Mantener la apariencia y dignidad favoreciendo el bienestar emocional de la persona.
- Facilita la comunicación y participación de la persona.
- Mantiene una buena calidad de vida.

### **Signos de alerta en la cavidad bucal:**

- Dolor.
- Dientes en mal estado.
- Dientes sueltos.
- Prótesis dentales mal ajustadas que generan heridas, dificultad para comer o hablar.
- Sangrado de encías.

Reportar cualquier signo de alerta



- Úlceras, aumento de volumen o cambios de color en las mucosas de la boca.
- Cambios de color en la lengua (rojo intenso o placas blancas).
- Labios secos o con heridas.
- Boca seca que dificulta hablar o comer.

### **Cuidados:**

- Cuando la persona adulta mayor tiene prótesis dentales, esta se debe de retirar para dar los cuidados respectivos.
- Cuando la persona adulta mayor esta enojada o inconsciente no se debe introducir los dedos en la boca, ya que hay riesgos de que pueda morder.

### **Recomendaciones:**

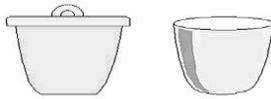
- Se debe valorar el nivel de independencia de la PAM con la escala de Barthel.
- Fomentar la independencia y autonomía de la PAM.
- Cumplir con los principios asépticos:
  - Limpiar toda la cavidad bucal: dientes, encías, mucosa, lengua.
  - Cuando se utiliza el baja lenguas con la gasa, esta se debe de cambiar durante el procedimiento y descartar en la bolsa para desechos bioinfecciosos.
  - Descartar desechos bioinfecciosos en bolsa roja.
  - Limpiar y desinfectar los insumos que se utilizan para la higiene.



- Los materiales que no se puedan limpiar y desinfectar se deben descartar.
- Uso de equipo de protección personal: mascarilla, guantes.
- Lavado de manos previo y posterior al procedimiento (el uso de guantes no sustituye el lavado de manos).

### **Materiales:**

- Guantes, mascarilla.
- Riñón.



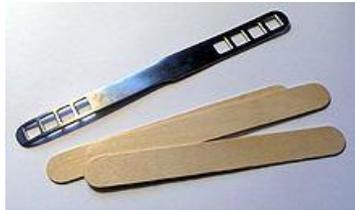
[This Photo](#) by Unknown Author is licensed under [CC BY-SA-NC](#)

- Toalla descartable.
- Gasas.



[This Photo](#) by Unknown Author is licensed under [CC BY-SA-](#)

- Baja lengua.



[This Photo](#) by Unknown Author is licensed under

- Bolsa pequeña para desechos.



[This Photo](#) by Unknown Author is licensed under [CC BY-SA-NC](#)

- Agua con bicarbonato (si presenta hongos).
- Lubricantes: vaselina, manteca de cacao



[This Photo](#) by Unknown Author is licensed under [CC BY-NC-ND](#)



# Cepillado dental

Procedimiento que mediante el cepillado diario de dientes o limpieza de encías (en el caso de persona adulta mayor sin dientes), previene el crecimiento de bacterias y la formación de caries.

## **Objetivo:**

- Mantener buenas condiciones higiénicas de la cavidad oral: dientes, encías y mucosas.
- Prevenir infecciones.
- Estimular los tejidos de las encías.

## **Cuidados:**

- Se recomienda que las personas asistan al odontólogo por lo menos cada seis meses o cuando sea necesario.
- Se debe motivar a la persona adulta mayor para que se realice un correcto cepillado después de comer (desayuno, almuerzo, merienda).
- En el caso de no poder realizarlo, se debe asistir a la PAM.
- Se debe observar, previo al cepillado, si existe algún tipo de lesión en las mucosas, lengua, encías (si es el caso avisar a la familia o al equipo de salud).
- Para aquellas personas que no pueden agarrar el mango del cepillo, se puede poner una tira de goma a modo de cinturón

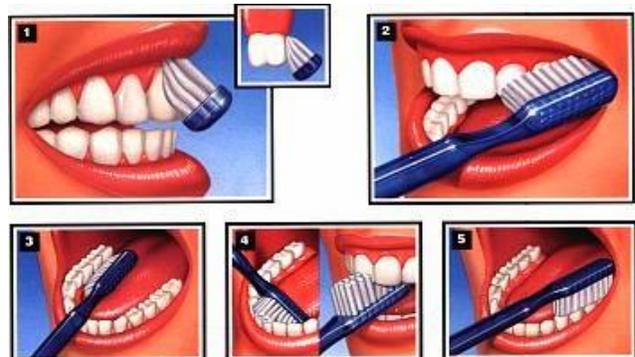


para que se pueda colocar cómodamente alrededor de la mano. Será más fácil de sujetar si el mango es más largo.

- Valorar que el cepillado se realice en las caras interna y externa de las piezas dentales.
- Si es difícil que la persona adulta mayor se cepille los dientes o se enjuague la boca, utilizar una gasa humedecida para quitar los restos de comida en dientes y encías.
- En el caso de personas adultas mayores en estado de inconsciencia se debe retirar la prótesis dental.

### Materiales

- Cepillo de dientes
- Pasta dental con flúor
- Hilo dental
- Recipiente para escupir restos de pasta y saliva
- Toalla descartable



[This Photo](#) by Unknown Author is licensed under [CC BY-NC-ND](#)

Como se aborda en el presente recurso, la higiene bucodental se realiza con un cepillo para las personas que deambulan y son más independientes, por el contrario, para las personas que están en cama, con enfermedades como Alzheimer, demencias o con secuelas de AVC (accidente vascular cerebral) se debe realizar la higiene de manera asistida utilizando gasa y un bajalenguas, teniendo especial cuidado para que el agua no pase a los pulmones lo que se llama



broncoaspiración. Independientemente que la persona tenga o no dientes o prótesis se debe realizar periódicamente la higiene de la cavidad oral.