

La salud bucal y los riesgos de la adolescencia

Múltiples factores del estilo de vida de los adolescentes se relacionan estrechamente con la Salud Bucal en esa etapa, y podrán determinar el estado de esa salud también en su vida adulta.

El prolongado período de cambios físicos y emocionales de los jóvenes en el inicio de una etapa de mayor exploración de su entorno hará que muchas de las nuevas experiencias se relacionen con el medio bucal. Las condiciones de esa relación determinarán la salud o la enfermedad del medio bucal y de la salud general.

El cuidado de los dientes así como de las estructuras que los rodean y contienen, debe realizarse con control profesional periódico, que evalúe todos los componentes y sus funciones, y que asesore sobre los factores de riesgo a tener en cuenta de acuerdo al estilo de vida y la etapa que el adolescente esté transitando.

A la prevención de caries, de gingivitis, y al control de buen crecimiento y función de los huesos maxilares realizado desde la infancia, se debe incorporar la vigilancia de toda la mucosa bucal y piel labial, que podrían comenzar a afectarse en gran medida por el contacto con nuevas sustancias y prácticas, principalmente las citadas a continuación y que iremos desarrollando individualmente en próximas entregas.

-La ingesta frecuente de alcohol, tabaco y otros agentes psicoactivos determina daño local en los tejidos bucales.

-La actividad sexual está naturalmente vinculada al medio bucal, por lo que la educación de los posibles riesgos es imprescindible.

-El uso de piercings que lesionan dientes, encías, labios y lengua.

-La falta de protección adecuada durante las prácticas de deportes, así como el aumento de conductas de riesgo, exacerbadas y violentas, que provocan accidentes con traumatismos severos.

-La alteración del descanso y los desórdenes alimentarios (con alteración de frecuencia de ingestas y aporte nutricional) se vinculan también a daños dentarios y articulares.

-La exposición labial a la radiación solar sin filtros adecuados tiene efectos indeseados a corto y largo plazo. Ante la pronta llegada del verano debemos pensar en proteger toda la piel expuesta, sumando todos los elementos a nuestra disposición: respetando los horarios de menor radiación para las actividades al aire libre, no exponerse directamente al sol por lapsos prolongados de tiempo y usar productos con filtro solar, de acuerdo a la edad y tipo de piel, que el médico aconseje y aquellos específicos para uso labial.

-Recordar que la piel labial se expone todos los días del año, por lo que debe ser protegida a diario de modo muy cuidadoso, y que sólo el uso de gorros o sombreros no es suficiente para mantenerla saludable.

El contacto directo de todos esos factores con la boca determina que el abordaje de esos temas en la consulta odontológica resulte natural, y no signifique una invasión de la privacidad del adolescente al interrogar y asesorar sobre ellos.

Promover tempranamente hábitos saludables es tarea conjunta de la familia y el equipo de salud. El control semestral de la salud bucal del adolescente proporciona una excelente oportunidad para remotivar sobre esos hábitos y acompañar las nuevas etapas.

Dra. Alicia Marco
Odontóloga
Integrante del Comité de Adolescencia de la SUP