

Recomendaciones de salud bucodental.

Prótesis dentales.

El objetivo es establecer unas pautas adecuadas de limpieza, desinfección y mantenimiento de las prótesis dentales para prevenir infecciones orales (especialmente la candidiasis) y garantizar el buen funcionamiento de la prótesis. Estas recomendaciones incluyen la cura de las prótesis totales, parciales removibles, fijas y sobredentaduras sobre implantes. Una correcta higiene protésica contribuye a mejorar el confort, la salud oral y la calidad de vida.

Extracción de las prótesis removibles

La higiene de las prótesis dentales requiere una correcta extracción, limpieza y desinfección diaria para prevenir infecciones, acumulación de placa y deterioro del material. Para extraer la prótesis superior, tiene que retirarla desde las partes laterales, haciendo un movimiento de balanceo.

En cambio, para extraer la inferior, tiene que elevarla desde la parte anterior. Si la prótesis tiene ganchos, retire primero desde los mismos.

Limpieza y mantenimiento de prótesis dentales

Después de cada comida, la prótesis se tiene que limpiar mecánicamente con **cepillo específico y jabón neutro (no utilizar pasta de dientes)**. Repase las caras externas e internas y los ganchos, especialmente los pliegues y zonas de contacto con mucosas, revisando que no queden restos de comida ni manchas.

Una vez al día realice una desinfección química con productos adecuados, respetando siempre el tiempo indicado por el fabricante.

Durante la noche, es recomendable que retire la prótesis, después de su limpieza, y la guarde en un recipiente limpio identificado. Es importante guardarla en **seco**. Además, hay que mantener una buena higiene de **mucosas y encías**, limpiándolas con una gasa humedecida con agua o colutorio. La **lengua** también se tiene que mantener limpia, utilizando un limpiador de lengua o cepillo desde la zona posterior hacia la anterior.

Hay que revisar periódicamente el ajuste, el estado de la prótesis y posibles lesiones o signos de infección, derivando al dentista en caso de dolor, movilidad, úlceras o candidiasis. También es importante que evite productos contraindicados como pasta dental convencional, agua caliente, lejía o alcohol.

