



## Los Adultos Mayores y las Caries

Aunque puede padecerse de caries a cualquier edad, los adultos mayores pueden tener mayor riesgo debido a la resequedad de la boca y el encogimiento de las encías. La resequedad bucal puede deberse a diabetes y a medicamentos que comúnmente toman los adultos mayores.

### Hechos breves

- Las caries pueden ocurrir a cualquier edad.
- Algunos medicamentos pueden provocar resequedad de la boca, lo que causa caries.
- Las caries pueden causar daños severos y pérdida de piezas dentales.

### ¿Por qué son malas las caries?

Las caries pueden causar dolor. Las caries no tratadas pueden causar infecciones, daños dentales severos y pérdida de piezas dentales.

### ¿Cuál es la causa de las caries?

Comer alimentos azucarados o ásperos puede causar caries. Cuando estos alimentos se combinan con las bacterias de la boca, se forman ácidos. Estos ácidos pueden crear caries sobre la superficie del diente.

### Consejos para evitar las caries

- Vea a su dentista de manera habitual.
- Limite el consumo de alimentos ásperos y azucarados.
- Limite el consumo de bebidas dulces.
- Cepille sus dientes después de cada comida, con un cepillo dental suave y pasta dental con fluoruro.

Recuerde: no utilice su cepillo dental para limpiar prótesis dentales. En vez de ello, utilice un cepillo para prótesis dentales.

Si piensa que necesita atención dental, o siente dolor, debe solicitar asistencia dental o médica inmediatamente.

