

Enfermedades de la cavidad bucal.

Caries dental

Definición

Es una enfermedad infecciosa en la que metabolitos como los ácidos orgánicos producen una desmineralización gradual del esmalte dental seguida de una rápida destrucción de la estructura del diente.

Manejo nutricional.

Consumir productos que ayuden a proteger los dientes como los alimentos que contengan calcio y fibra

alimentos permitidos.

Leche y lácteos carnes
pescado huevos y sus derivados

alimentos no permitidos

- * El azúcar blanco.
- * Refrescos
- * Golosinas
- * Cremas y rector de frutas

Medidas de recomendación

- * Cepillate los dientes al menos 2 veces al día durante 2 minutos
- * Utilizar una pasta que contenga flúor
- * Utilizar hilo dental
- * Cambiar el cepillo dental cada 3 meses
- * Utilizar enjuague oral.

Lingivitis

Definición.

Enfermedad periodontal que causa irritación enrojecimiento e inflamación de la parte de los encías que rodea la base de los dientes.

Manejo nutricional.

Consumir alimentos ricos en Omega-3

Alimentos permitidos

manzanas, zanahorias, pescados azules, apio

Alimentos no permitidos

pastelería, cereales realizados con, arenas blancas cítricos, vino

Medidas de prevención

- * cepillarse por lo menos 2 veces al día
- * Utilizar hilo dental
- * Evitar el consumo de tabaco y alcohol.

Periodontitis

Definición

Es una grave infección de los encías que daña el tejido blando y se no se trata puede destruir el hueso que sostiene los dientes

Manejo nutricional

alimentos que contengan
omega 3 y ácido fólico

Alimentos permitidos

pescado azul, yogures y lácteos
huevo fresco, té verde

Alimentos no permitidos

alimentos ricos en grasas
saturadas, alcohol

Medidas de prevención

* Cepillado 2 veces como
mínimo al día

* Cambiar el cepillo cada 3
meses

* Utilizar enjuague bucal.

Candidiasis bucal.

Definición

Produce lesiones de color blanco crema y levemente inflamadas en la boca o lengua. La candida es un microorganismo normal de la boca, pero a veces puede proliferar en exceso y ocasionar síntomas.

manejo ~~nutricional~~ nutricional

Deficiencias de fe, folatos y Vit B12 se requiere aumentar esta deficiencias

Alimentos permitidos

Yogur natural, Kéfir y Kombucha
frutas rajas

Alimentos no permitidos

panes, pastelería, mantequilla
bebidas fermentadas como la cerveza
sidra.

medidas de prevención

medidas de prevención

* Mantener una buena higiene bucal.

* Usar hilo dental

* no fumar

* no consumir alcohol

Aplasia

Definición

Es una úlcera o llaga abierta y dolorosa en la boca con de color blanco o amarillo y están rodeadas por área roja y brillante

Manejo nutricional

Evitar alimentos ácidos, picantes o que puedan causar irritación y dolor

Alimentos permitidos
papa de papa, puré de papa, papas, cremas

Alimentos no permitidos

tomate, limón, naranjas
tostadas, cereales, alimentos
ácidos y cítricos

Herpes bucal.

Definición

Es una infección viral frecuente
son pequeños ampollas llenas de
líquido sobre los labios o alrededor
de ellos. herpes simple VHS-1

Manejo nutricional

Alimentos ricos lisina en aminoácido esencial que no es sintetizado por el organismo

Alimentos permitidos

carnes, pescados, leches

Alimentos no permitidos

café, chocolate, mariscos