

LAS AFTAS BUCALES



¿QUÉ SON?

Las aftas bucales son úlceras que se producen en la mucosa de la boca. Son de tamaño pequeño (unos 5 milímetros), el color suele ser blanquecino y aparecen rodeadas por un área roja. Habitualmente son dolorosas. Son unos de los procesos bucales más frecuentes. No se conoce exactamente el motivo que las provoca, aunque se han asociado a varios factores. Su localización más frecuente es en la parte interna de los labios y en lengua.

¿A QUÉ SE DEBEN?

Si bien aún no se conoce bien el motivo exacto que provoca las aftas, sí se sabe que determinados factores favorecen su aparición.

TENSIÓN PREMENSTRUAL

- Como consecuencia de los cambios hormonales de la menstruación.

ESTRÉS

- Disminuye la inmunidad, reseca la boca.

MEDICAMENTOS O TRATAMIENTOS

- La quimioterapia es un ejemplo.

PROBLEMAS DENTARIOS

- Cualquier proceso dentario que afecte a la mucosa puede desencadenar un afta.

DEFICIENCIA NUTRICIONAL

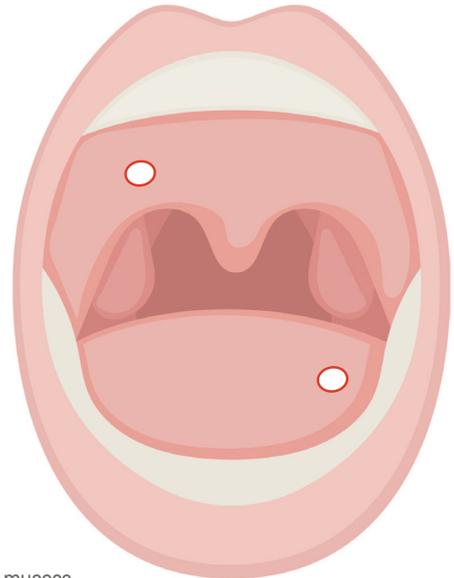
- Sobre todo la deficiencia de hierro, ácido fólico y vitamina B12.

ALIMENTOS ÁCIDOS

- Porque disminuyen la protección de las mucosas.

ALTERACIONES INMUNITARIAS

- En algunas alteraciones el organismo, al combatir las bacterias, origina daños en la mucosa.





TIPOS DE AFTAS

AFTAS MENORES

SON EL TIPO DE AFTAS **MÁS COMUNES**

LA CURACIÓN OCURRE EN **1-2 SEMANAS**

 FORMA HABITUAL PEQUEÑA Y DE FORMA OVALADA, CON UN BORDE ROJO

AFTAS MAYORES

MENOS COMUNES

QUE LAS AFTAS MENORES

 GENERALMENTE REDONDEADA, CON BORDES DEFINIDOS, PERO PUEDE TENER BORDES IRREGULARES CUANDO SON MUY GRANDES

PUEDE TARDAR

6 SEMANAS

EN CURAR Y DEJAR CICATRICES

MÁS PROFUNDA Y GRANDE

QUE LAS AFTAS MENORES

¿CÓMO ALIVIARLAS?

Los enjuagues con agua y sal (1 cucharadita de sal en un vaso de agua), aplicarse una pasta de bicarbonato y agua en la úlcera, tomar lácteos y helados, evitar los alimentos muy salados, especiados o ácidos, reforzar la higiene y el uso de geles de ácido hialurónico, que son los más eficaces para reducir los síntomas, ayudan a aliviar las aftas. Además de todo esto, el dentista podrá prescribirle algún colutorio específico o un anestésico tópico.

GÁRGARAS CON AGUA Y SAL

BICARBONATO Y AGUA

TOMAR LÁCTEOS Y HELADOS

EVITAR SALADOS, ESPECIAS Y ÁCIDOS

REFORZAR LA HIGIENE BUCODENTAL

GELES DE ÁCIDO HIALURÓNICO



AYUDA A TENER LA ÚLCERA LIMPIA

HACER UNA PASTA Y APLICAR EN LA ÚLCERA

REDUCE EL DOLOR

EVITA DISPARAR EL DOLOR

PREVENIR INFECCIONES BACTERIANAS

REDUCCIÓN DE LOS SÍNTOMAS

SÍNTOMAS MENOS FRECUENTES DE LAS AFTAS



FIEBRE



MALESTAR GENERAL



INFLAMACIÓN DE GANGLIOS

CONSULTA A TU DENTISTA

Las aftas bucales suelen desaparecer en unos 8-10 días. Si no es así, se debe consultar de inmediato a un dentista para descartar que pueda tratarse de una lesión más seria. Recuerde que, incluso para un profesional, las lesiones en la mucosa oral no siempre son fáciles de diagnosticar y es peligroso retrasar un diagnóstico precoz de una posible lesión potencialmente maligna o cáncer oral. Existen remedios y consejos que alivian el dolor de las aftas.