



**GOBIERNO DE  
MÉXICO**



INSTITUTO MEXICANO DEL SEGURO SOCIAL

## UNIDAD DE COMUNICACIÓN SOCIAL

---

Ciudad de México, lunes 18 de mayo de 2020.  
No. 305/2020.

### **BOLETÍN DE PRENSA**

#### **Estomatólogos del IMSS recomiendan mantener salud buco-dental durante la emergencia sanitaria por COVID-19**

- **En el caso de las personas infectadas por este virus, tener el cepillo de dientes libre de bacterias y gérmenes ayuda a disminuir el contagio.**

Personal del Servicio de Estomatología de la Unidad de Medicina Familiar (UMF) No. 36 del Instituto Mexicano del Seguro Social, brindó una serie de recomendaciones para que se lleven a cabo en casa durante la emergencia sanitaria por COVID-19.

Previo a la higiene buco-dental, es vital lavarse las manos antes de tocar el cepillo y la pasta de dientes, así como los auxiliares de limpieza, entre éstos el hilo dental, cepillos interdetales, limpiador de lengua y el enjuague bucal sin diluir.

Al terminar la limpieza, es importante no juntar los cepillos dentales de toda la familia en un sólo depósito o vaso, éstos deben estar colocados en posición vertical y lejos del inodoro, con la finalidad de que se sequen rápido y evitar la proliferación de bacterias y microorganismos.

Los especialistas en estomatología refirieron que efectuar la rutina de aseo buco-dental por lo menos tres veces al día, y nunca compartir los cepillos de dientes ni guardarlos en un estuche cerrado, cambiarlos cada tres meses y si existe un proceso infeccioso de vías respiratorias, hay que desecharlo.

Si el paciente ha dado positivo por COVID-19 debe realizar, además, un enjuague preliminar para reducir la carga viral. Igualmente, al terminar su aseo buco-dental, efectuar una limpieza del cepillo de dientes o cabeza de cepillo sumergiéndolo en un vaso con una solución a base de hipoclorito de sodio (lejía) durante 30 minutos; una vez transcurrido este tiempo, se debe aclarar con agua y dejar secar.





## UNIDAD DE COMUNICACIÓN SOCIAL

---

Indicaron que durante los primeros días de la infección por COVID-19, este virus se concentra especialmente en la nariz, la boca, la garganta y la laringe, lo que explica la alta capacidad de contagio ya que el paciente puede expulsar virus a niveles altos por nariz y boca.

Es vital limpiar el baño regularmente, porque es el lugar habitual en el que se almacenan los cepillos y donde se procede a la higiene oral. Por lo tanto, es importante que las superficies se limpien con un producto a base de cloro.

Durante este periodo de emergencia, se sugiere acudir al dentista sólo para tratar las urgencias, una vez que pase la contingencia mantener visitas regulares cada seis meses a un año.

Señalaron que una vez que ha superada la enfermedad, es fundamental cambiar el cepillo una vez haya pasado el periodo de contagio.

Finalmente, hicieron un llamado a recordar que la lengua almacena restos de comida y es un depósito de virus y bacterias; hay que disminuir el consumo de alimentos ricos en azúcares y de consistencia pegajosa, así como evitar morder alimentos demasiado duros, cuidar la temperatura de las bebidas, no es recomendable pasar del frío al calor y viceversa, y evita hábitos poco saludables como el cigarro; todo esto daña la estructura buco dental.

--- o0o---

