Publicado en Ciudad de México el 01/02/2019

# [La Clínica Dental da Tips para que la gripe no afecte los dientes](http://www.notasdeprensa.es)

## Se registran alrededor de 5 millones de casos de gripe cada año. Los jarabes azucarados, bebidas ácidas o el no mantenerse hidratado pueden causar complicaciones en la salud bucal cuando se está enfermo de gripe estacional

 Durante los meses de diciembre a febrero en el país se registran bajas temperaturas, las cuales suelen derivar en enfermedades respiratorias como la gripe estacional. Según datos de la Organización Mundial de la Salud (OMS), cada año se registran 5 millones de casos graves en todo el planeta. Esta enfermedad también afecta la salud bucal. Según datos de la Asociación Dental Americana (ADA) es importante cuidar de la salud bucal todo el año, pero especialmente cuando se está enfermo. Algunas indicaciones que ADA proporciona a sus lectores y que en La Clínica Dental comparten los especialistas que ayudan para la prevención de futuras complicaciones son: Mantenerse hidratado: Es importante evitar tener la boca seca, ya que esto aumenta el riesgo de caries. Evitar los productos azucarados: Muchos jarabes contienen azúcar, al igual que los caramelos o pastillas para la tos, en ambos se pueden leer en el etiquetado como fructosa o jarabe de maíz. En caso de vomitar no lavar los dientes al momento: Al vomitar los dientes están cubiertos de ácidos estomacales, si se lavan justo después de vomitar, el ácido se esparcirá por el recubrimiento duro externo de los dientes. Los especialistas recomiendan enjuagarse con agua y enjuague bucal diluido o bicarbonato de sodio. Enjuagar la boca después de tomar bebidas ácidas: En caso de beber infusiones o jugos ácidos, es importante disminuir el efecto que éstos pueden traer a los dientes. Lo recomendable es beber rápidamente y luego enjuagar la boca con un poco de agua, así se neutralizará el efecto del ácido. Existe el mito que al salir de una gripe estacional se debe tirar el cepillo de dietes. Datos de la misma asociación aseguran que no existen evidencias clínicas suficientes de que el crecimiento bacteriano en los cepillos dentales pueda perjudicar o afectar la salud sistémica. En La Clínica Dental, los especialistas aconsejan dejar el cepillo destapado para que pueda secarse bien y así reducir las bacterias y virus, al igual que usar una crema dental que tenga un agente antibacteriano. Es importante que al salir de una enfermedad respiratoria se acuda a La Clínica Dental para una valoración con un Diagnostico Completamente Digital (DCD) para que el paciente pueda ver el estado actual de su boca en una pantalla de definición HD y con el apoyo de los especialistas se puedan localizar áreas que hayan sido afectadas y atender con el tratamiento adecuado..[i] Si se quiere conocer más sobre La Clínica Dental https://laclinicadental.org https://www.facebook.com/LaClinicaDental.org/ 21556460 [i] La Clínica Dental Comunidad mexicana enfocada en crear una experiencia diferente para asistir al dentista. A tres años de introducirse al mercado con su primera clínica, actualmente cuenta con 6 clínicas en diferentes puntos de la Ciudad de México. Está conformada por un grupo de odontólogos especializados en tratamientos correctivos y estéticos, preocupados por el bienestar y la salud de la sociedad mexicana, ofrecen alternativas con tecnología de punta para garantizar la calidad de su servicio.

**Datos de contacto:**

Alejandra Pérez

Comunidad mexicana enfocada en crear una experiencia diferente

5519594802

Nota de prensa publicada en: [https://www.mexicopress.com.mx/la-clinica-dental-da-tips-para-que-la-gripe-no](http://www.notasdeprensa.es/educalivecom-disfruta-de-cursos-presenciales-y-clases-particulares-a-traves-de-internet)

Categorías: Medicina Industria Farmacéutica Sociedad Ocio para niños Odontología



[**http://www.mexicopress.com.mx**](http://www.notasdeprensa.es)