



## El uso de la mascarilla no provoca patologías bucodentales

**Madrid, 21 de julio de 2020.** Mal aliento, sensación de boca seca, manchas en los dientes... son varias las alteraciones bucodentales que algunas personas están atribuyendo al uso de la mascarilla. Debido a la situación sanitaria actual, el Consejo General de Dentistas recomienda a la población llevar mascarilla, ya que no hay ninguna evidencia científica que demuestre su relación con la aparición de patologías orales.

En la boca conviven millones de bacterias pertenecientes a unas 300 familias diferentes. La falta de oxígeno podría alterar ese equilibrio llamado simbiosis para dar lugar a un desequilibrio (disbiosis) en el que determinadas bacterias orales más patógenas pudieran desarrollarse y predominar. Sin embargo, es altamente improbable que en las condiciones habituales de uso de las mascarillas se produzca esta situación de falta de oxígeno.

En este sentido, el Dr. Óscar Castro Reino, presidente del Consejo General de Dentistas, asegura que el uso de la mascarilla y esa supuesta falta de oxígeno, no son las causas de la halitosis (mal aliento): “Al llevar la mascarilla, una parte del aire que expiramos queda durante un mayor tiempo en contacto con nuestro sistema olfativo. Por ese motivo, algunas personas piensan que han desarrollado ahora este problema, cuando lo cierto es que ya lo padecían antes de llevar la mascarilla pero no lo habían detectado”. Asimismo, hay que señalar que las mascarillas se van deteriorando con el uso. Las quirúrgicas, por ejemplo, deben desecharse a las 4 o 6 horas porque de no hacerlo irán acumulando saliva, perdiendo su eficacia e incrementando el mal olor.

### La importancia de extremar la higiene y mantener hábitos saludables

El hecho de llevar durante varias horas la mascarilla y no mostrar la boca no debe suponer el abandono de la higiene bucodental. Se debe realizar un cepillado de dientes adecuado al menos 2 veces al día con pasta dentífrica fluorada, incluyendo la higiene interdental. “Tenemos que recordar que la mucosa oral es una de las vías de entrada del coronavirus. Mantener la boca sana es primordial”, recuerda el Dr. Castro. Además, ahora más que nunca es imprescindible cuidar el cepillo dental, lavarnos bien las manos antes y después usarlo, limpiarlo, enjuagarlo y secarlo, mantenerlo protegido en su capuchón, no compartirlo nunca, alejarlo del sanitario (para evitar posible contaminación) y no almacenarlo junto a otros cepillos sino independientemente.



Del mismo modo, hay que mantener unos hábitos de alimentación saludables, disminuyendo al máximo los productos azucarados y evitando el consumo de alcohol y tabaco.

Por último, el presidente de la Organización Colegial recomienda acudir al dentista ante cualquier trastorno de la cavidad oral para abordar el problema lo antes posible. “La mayoría de las patologías bucodentales tienen un tratamiento sencillo si se diagnostican de forma precoz”, concluye el Dr. Castro.

### **Consejo General de Colegios de Dentistas de España**

*Creado en el año 1930, es el Órgano ejecutivo de la Organización Colegial de Dentistas. Entre sus competencias destacan la coordinación de la política general de la Organización Colegial, la ordenación del ejercicio de la profesión, la representación y la defensa de los intereses de sus profesionales, y la promoción del derecho a la salud odontológica de los españoles. Es también competencia del Consejo General la elaboración, desarrollo y actualización del Código Ético y Deontológico estatal de la profesión, así como de la promoción social, científica, cultural y laboral de la Odontología y la Estomatología.*

**CONSEJO DENTISTAS**  
Departamento de Prensa

Calle de Alcalá, 79 - 2º - 28009 Madrid  
Teléfono: 914 264 414  
[prensa@consejodentistas.es](mailto:prensa@consejodentistas.es)