

VII. RECOMENDACIONES

1. Se recomienda realizar estudios en los que se evalúen factores referentes a las bebidas tales como: tipo de ácido presente, grado de disociación iónica del ácido, contenido de calcio, fosfatos y flúor entre otros; para complementar esta investigación.
2. En nuestro medio, hay muchos alimentos y bebidas ácidas que son consumidos con frecuencia, como es el caso del café, cerveza, vino, ensaladas, jugos naturales, etc, se recomienda realizar estudios para analizar el efecto erosivo de éstos y obtener mayor información a fin de orientar de manera adecuada la dieta de los pacientes.
3. Debemos alertar a los padres de familia del riesgo que implica el consumo frecuente de estas bebidas, las cuales comúnmente son utilizadas en las loncheras. Así mismo, para orientar a sus hijos en sus hábitos alimenticios con respecto a este tipo de alimentos.
4. Cuando estemos frente a lesiones cervicales no cariosas, debemos diagnosticarlas, buscando las causas de su formación, para lo cual se debe analizar de manera detallada los hábitos alimenticios del paciente,

ocurrencia de regurgitaciones, problemas estomacales, consumo de alcohol, medicamentos, etc. Con relación al tratamiento de estas lesiones, una vez determinada la etiología debemos proceder a la orientación del paciente. Se debe ejecutar periódicamente un monitoreo para controlar las lesiones preexistentes y evitar el surgimiento de nuevas.

5. En la literatura están relatadas algunas sugerencias para minimizar los efectos de la erosión dental, como por ejemplo: el cepillado con dentífrico conteniendo flúor antes de la ingesta de sustancias con bajo pH. El cepillado inmediato después del consumo de alimentos ácidos debe ser evitado ya que el esmalte se encuentra desorganizado y puede ser removido fácilmente por la abrasión, durante la higiene bucal, se recomienda un enjuague previo con una solución alcalina. Otra sugerencia refiere el uso de sorbetes para la ingesta de bebidas ácidas, de tal manera que se trate de disminuir el contacto entre las superficies dentales y éstas.