DECLARACIÓN DE POLÍTICA DE LA FDI

Protectores bucales para el deporte

Versión revisada aprobada por la Asamblea General de la FDI: septiembre de 2022, Ginebra (Suiza)

Versión original aprobada por la Asamblea General de la FDI: septiembre de 2008, Estocolmo (Suecia)

CONTEXTO

Practicar deporte es algo universal; de hecho, cada día se desarrollan nuevos deportes. La naturaleza de algunos deportes va ligada a una mayor probabilidad de sufrir traumatismos tanto en los tejidos duros como en los blandos (por ejemplo, labios, dientes, aparato masticador), lo que provoca mayores costes de gestión de estos traumatismos.[1,2]

Por lo tanto, el protector bucal constituye una pieza fundamental para las personas que participan en deportes de contacto o combate, en los que se espera que haya patrones de lesiones bucofaciales.[2]

A medida que la tecnología ha evolucionado y se han desarrollado nuevos materiales, la calidad de los protectores bucales ha evolucionado considerablemente.[1]

ALCANCE

El protector bucal es una de las mejores medidas de protección contra los traumatismos bucales en el deporte. Esta declaración de política presenta los principios básicos del diseño y el uso de un protector bucal con vistas a optimizar su protección.

DEFINICIONES

Protector bucal: Dispositivo de protección para la boca que cubre los dientes y las encías a fin de evitar traumatismos en dientes, encías, labios y sus estructuras asociadas.

Protector bucal en *stock*:[2-5] Se trata de un protector bucal con forma predeterminada, disponible en varias tallas en tiendas de deporte o en la sección de deportes de supermercados, generalmente de uso único o poco frecuente, pero con un margen de ajuste más reducido para adaptarse a la boca del usuario.

Protector bucal adaptado o de "hervir y morder":[1,2,5] Material termoplástico fabricado en forma predefinida en varios tamaños y normalmente disponible en tiendas de deportes físicas u *on-line*. Estos protectores se pueden adaptar para que encajen mejor en los dientes y las encías de cada persona que los usa, y se

pueden personalizar una vez que se meten en agua caliente o hirviendo.[5]

Protector bucal personalizado:[1,2,5,6] Protector bucal hecho a medida que se fabrica a partir de moldes obtenidos de los dientes del usuario. El laboratorio o la empresa especialista que los fabrica crea un protector bucal cómodo y que encaja de la mejor manera en la boca de cada persona. Estos protectores solo están disponibles de manos de dentistas u otros profesionales dentales que disponen de una prescripción emitida por un dentista.

PRINCIPIOS

Hay estudios que han demostrado sistemáticamente que los protectores bucales personalizados con el grosor labial y oclusivo adecuado ofrecen protección sustancial ante lesiones intraorales al ofrecer una superficie protectora y resiliente para distribuir y disipar las fuerzas de impacto. Además, un protector bucal de alta calidad puede optimizar el rendimiento deportivo.[3]

POLÍTICA

Se recomienda que las personas de todas las edades usen un protector bucal cuando participen en deportes o actividades de contacto o de choque, especialmente desde que al niño o la niña le haya salido la dentición frontal superior permanente.

Las asociaciones dentales nacionales, en cooperación con las federaciones deportivas nacionales, deberían promocionar ante el público los beneficios de la protectores bucales para el deporte, incluyendo la prevención de lesiones bucofaciales.

Sería interesante animar a aquellos que participan en la supervisión de deportes de contacto o de choque (asociaciones deportivas, entrenadores, profesores, padres, tutores) a comprobar que todos los deportistas llevan bien puesto el protector bucal.

El equipo de atención dental debería saber qué recomendaciones hacer, así como orientar a los pacientes sobre las opciones, el uso y el cuidado de los protectores bucales según el deporte o la actividad que practiquen sus pacientes.

La FDI destaca la importancia del papel de los protectores bucales para:

- la protección de los tejidos blandos (lengua, labios y mejillas) ante lesiones;
- la reducción del riesgo de sufrir lesiones en dientes y otras estructuras de tejidos duros;
- la prevención de impactos violentos y destructivos en los dientes entre los dos paladares;
- la reducción del riesgo de conmoción cerebral.

La FDI recomienda las siguientes propiedades mínimas que deben tener los protectores bucales:

- que ofrezcan una buena absorción y dispersión de las fuerzas de impacto;
- que se adapten cómodamente al paladar con respecto a los tejidos blandos;
- que ocupen espacios desdentados;

- que proporcionen cobertura oclusal completa a fin de evitar el movimiento indeseado de las piezas dentales;
- que sean lo más finos posibles y al mismo tiempo garanticen la máxima eficacia con relación al deporte practicado;
- que sean cómodos, inodoros, no tengan gusto a nada y biocompatibles;
- que tengan una buena retención;
- que no interfieran con la fonación y la respiración.

La FDI recomienda el uso de protectores bucales hechos a medida al practicar deportes de contacto o combate, o deportes que se puedan considerar de riesgo o extremos según la clasificaciones nacionales, incluso cuando solo se participa en ellos de manera esporádica.[5]

- La FDI hace hincapié en el papel de los dentistas a la hora de educar a los pacientes sobre la importancia de utilizar protector bucal al participar en deportes de contacto o combate, incluso si se hace de manera ocasional.
- Solamente los dentistas o los miembros del equipo de atención dental que trabajen a partir de una prescripción del dentista pueden proporcionar un protector bucal hecho a medida. Asimismo, esa persona debería revisar periódicamente y al menos una vez al año el protector bucal.
- La FDI alienta el uso de materiales de nueva generación y a personalizar los protectores bucales. Se recomiendan los protectores bucales fabricados mediante técnicas de inyección o capas múltiples de etileno y de acetato de vinilo (EVA)[7] por ser los más eficaces y resistentes,[3] sobre todo para los deportes de mucho contacto.
- Los protectores bucales son aparatos dentales y así deben concebirse, por lo que deben formar parte de la educación y formación que reciben dentistas y equipos de atención dental (indicaciones, fabricación, etc.).

PALABRAS CLAVE

Protectores bucales, deporte, traumatismo

DESCARGO DE RESPONSABILIDAD

La información contenida en esta declaración de política está basada en las pruebas científicas más fidedignas disponibles en el momento de su elaboración. Dicha información puede interpretarse de forma que refleje sensibilidades culturales y limitaciones socioeconómicas actuales.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Hippolyte H. Empreinte optique et impression 3D d'un protège-dents pour la pratique du rugby. Sciences du Vivant [q-bio]. 2018. dumas-02063603

2. Sliwkanich L, Ouanounou A. Mouthguards in Dentistry: Current recommendations for dentists. Dent Traumatol 2021 Oct 01;37(5)661-671

3. Gunepin M. Intérêt des protège-dents pour l'amélioration des performances physiques et sportives : revue de 50 ans de recherche médicale. Med Buccale Chir Buccale 2017;23:21-31

4. Morane K. Moyens de prévention et traitements de la traumatologie dentaire du sportif de haut niveau. Sciences du Vivant [q-bio]. 2016. hal-01932104

5. Protege-dents (protection intra-buccale) pour activites sportives, Comité Européen de Normalisation, Comité Technique 162, Groupe de Travail 11 (CEN/TC162/WG11) Available at : http://aspbd.free.fr/documents/reco/prot%C3%A8ge_dents.pdf (Accessed August 2022)

6. Mouthguard, Taping, Bracing rules for WT Athletes in Competition (April 24th 2019 (last updated on February 5, 2020) Available at: https://www.wmg2021.jp/upload_file/20200819132601189718330.pdf (Accessed August 2022)