

PROTECTORS BUCALS



Els protectors bucals amb un disseny adequat i fabricats a mida són essencials per la prevenció de lesions bucals i facials en esportistes. L'Associació Dental Americana calcula que els protectors bucals eviten prop de 200.000 lesions cada any només en el futbol universitari i d'instituts d'aquell país.

Un protector bucal a mida hauria de protegir, ser còmode, elàstic, resistent a les fissures, inodor, insípid i gens d'aparatós. La interferència que causa al parlar o respirar hauria de ser mínima i possiblement el més important, hi ha de proporcionar una retenció i un ajustament excel·lent, així com comptar amb una grossor suficient a les zones més crítiques.

Per desgràcia, el terme "protector bucal" és universal i genèric, i inclou una gran varietat de productes, des de models de venda lliure que es poden adquirir en tendes d'articles esportius o per internet, fins a protectors fabricats per a professionals i a mida per dentistes. Actualment el 90% dels protectors bucals utilitzats en l'esport ses compren a les tendes, i només un 10% es fan a mida. Poden dissenyar-se per cobrir les necessitats individuals de l'esportista o de l'esport i complir amb tots els criteris d'adaptació, retenció, comoditat i estabilitat del material. Interfereixen mínimament al parlar i no tenen cap efecte significatiu a la respiració.

Protectors bucals de sèrie

Els protectors bucals de sèrie, a la venda a la majoria de les tendes d'articles esportius, estan disponibles en un nombre limitat de mides (normalment, petites, mitjanes i grans). Són els més econòmics i els que menys protegeixen. Aquests protectors estan llestos per utilitzar-se i no requereixen cap mena de preparació addicional. Aquests protectors estan

llestos per utilitzar-se i no requereixen cap classe de preparació addicional. Simplement s'extrauen de l'embolcall i es col·loquen immediatament a la boca. Són aparatosos i no tenen cap retenció, per la qual cosa és necessari mossegar-los constantment per mantenir-los col·locats.

Això interfereix amb la parla i la respiració, convertint-los en menys idonis i en els que menys protegeixen. Els esportistes solen modificar i tallar aquest tipus de protectors bucals per intentar fer-los més còmodes, la qual cosa redueix encara més les seves propietats protectores. En general, existeix un acord generalitzat en la bibliografia mèdica i odontològica de què es deu evitar l'ús d'aquests tipus de protectors bucals, a causa de la seva falta de retenció i de protecció.

Protectors bucals modelats a la boca

Aquest és el tipus de protector bucal més utilitzat al mercat. Estan fets d'un material termoplàstic. Se submergeixen en aigua bullent i es modelen a la boca utilitzant els dits, la llengua i la pressió de la mossegada. Aquests protectors solen no tenir de l'extensió necessària i no cobreixen tots els dents posteriors. Els esportistes també tallen i modifiquen aquests protectors bucals que resulten aparatosos i no s'ajusten adequadament, amb la finalitat d'intentar millorar l'ajust, la mala retenció i el reflex de nàusees. Això, a la vegada, redueix encara més les escasses propietats protectores d'aquests protectors bucals. Durant el procés de modelatge, també és habitual que l'esportista mossegui a través de quasi tot el material tou i deixi molt poc gruix per a la protecció.

Aquest tipus de protectors es creen a partir d'un model de guix de la boca, normalment de l'arcada dental superior, utilitzant una impressió (motlle) fabricat per un dentista. Sobre el guix es modela un protector bucal amb un material termoplàstic utilitzant una màquina de vuit especials. Les màquines per creat el vuit solen ser apropiades per protectors bucals d'una única capa. No obstant això, els protectors bucals amb múltiples capes (laminats a pressió) poden ser l'opció de preferència, per damunt dels d'una capa formats al buit.

Aquests productors a mida creats amb una tècnica al buit són millors que els protectors de sèrie els de "bullir i modelar" en relació amb l'ajustament, comoditat i retenció. Però, no són la millor opció actualment disponible.

Protectors bucals formats al buit

Malgrat les astutes estratègies de màrqueting dels fabricants d'aquests productes, els protectors de tipus "bullir i mossegar" tenen poca cabuda en

l'esport de competició o recreatiu.

Protector bucal anticapes

Els protectors bucals fets a mida i amb múltiples capes són la millor opció disponible. Aquests protectors poden adaptar-se per esports de contacte o de gran impacte laminat dos o tres capes de material EVA per aconseguir el gruix desitjat. La laminació s'aconsegueix per mitjà d'altres temperatures i pressió, a la vegada que es crea un ajust excepcional. Aquesta tècnica també proporciona una protecció estable amb una deformació molt reduïda al llarg d'un període de temps perllongat. És important comptar amb el gruix adequat per absorbir i dissipar qualsevol força traumàtica. Aquest sistema permet obtenir el gruix adequat en el protector bucal per adaptar-se al tipus de lesió esperada en l'esport.

Dr. Ray Padilla, dentista esportiu, FIFA