

SALUD BUCAL

Para Sonreír Toda La Vida

¿CÓMO ESTAMOS?

En el Guaviare Las enfermedades orales se constituyen como una de las principales causas de morbilidad dentro de las ENT, especialmente en la primera infancia, adolescencia y adultez, siendo a su vez uno de los motivos más frecuentes de consulta externa en las instituciones de salud.

La problemática es compleja, se asocia a la poca cultura de las personas por su cuidado personal, un sistema de atención en salud que se enfoca en realizar procedimientos de recuperación de la

salud y estrategias de información educación y comunicación de poco impacto.

**SI NO CUIDAS
TU BOCA**

**JUEGAS
CON TU SALUD**

**Los problemas bucales
afectan todo el cuerpo**

Trabajar por la salud bucal, busca proveer hábitos, estilos, modos y condiciones de vida que le permitan a las personas desde que nacen y hasta cuando son adultos mayor, gozar a través de la boca, los ojos, y los oídos, de las experiencias que dan estos sentidos para incluirse en el mundo.

Hay que entender a la salud bucal como un sistema que se articula con todo el cuerpo, a través de la boca, entran al cuerpo los alimentos, los nutrientes, y parte del aire que respiramos, lo que permite articularse con todos los sistemas del cuerpo humano.

Con la boca también se comunican las personas, expresan sentimientos, se da un beso, se disfruta de los sabores, y es parte importante de cómo se desarrollan las relaciones c

GUAVIARE
ES GENERACION MAS SONRIENTE



Soy generación más sonriente es la estrategia creada por el ministerio de salud y la protección social para brindar de manera progresiva a la población infantil, adolescente y joven las mejores condiciones de salud bucal, especialmente en la reducción y prevalencia de la caries dental, a través dos líneas de acción.

1 Aplicación de barniz de flúor

La aplicación de este material permite que el diente sea resistente a los medios ácidos, los cuales son propicios para la aparición de la caries dental, ayuda a la remineralización del diente y sensibilidad dental, su aplicación se realiza en niños de 1 a 17 años cada 6 meses.

2 Educación e información sobre cuidados bucales:

Alimentación saludable

Consumir frutas y verduras 5 veces al día, incluir el mayor número de tipos de alimentos: cereales, raíces, tubérculos y plátanos; hortalizas, verduras, leguminosas verdes; carnes, vísceras, pollo, pescado, huevo, leguminosas secas; leche, kumis, yogurt, queso; grasas y azúcares (de forma controlada).

Higiene de la boca

Desde los 6 meses de edad, cuando comienzan a salir los dientes temporales de los niños, se debe usar cepillo de dientes y agua, a partir de los 2 años hasta los 7 años utilizar cepillo y crema dental con bajo porcentaje de flúor 550 PPM (crema dental de niños), el padre o cuidadores debe ser quien

Supervise el Cepillado, dispense la crema del tamaño de una gota de agua e indique que la crema no se come, a partir de los 8 años de edad hasta el adulto mayor se debe seguir con la higiene oral convencional, cepillar los dientes con crema dental con flúor mínimo 3 veces al día, utilizar la seda dental mínimo 1 vez al día y utilizar enjuagues bucales según indicación del odontólogo.

No fumar y limitar el consumo de alcohol

Estos buenos hábitos reducen el riesgo de presentar enfermedad periodontal (sangrado de las encías acompañadas de movilidad dental), aparición de cálculos dentales, sangrado sin causa aparente, se muevan y pierdan los dientes, alteraciones en la cicatrización de heridas en la boca y Cáncer bucal.

Auto revisión de la boca

Acudir al odontólogo una vez Reconozca condiciones fuera de lo común como: Heridas que no curan en dos semanas, Lesiones que aumentan en tamaño con el tiempo en vez de sanar. Incremento del sangrado, dolor y cambios en la sensibilidad de dientes o de los demás tejidos como labios, lengua, paladar,

Consulta odontológica

Es importante saber que el estado inicial de la caries dental no produce dolor, debido a que la primera capa del diente el esmalte no tiene conducción nerviosa, por lo tanto como método de prevención es necesario iniciar las consultas por el odontólogo al menos desde los primeros 6 meses de vida y con una frecuencia mínimo de cada 6 meses para menores de edad y cada año para adultos o según lo indique el odontólogo.