

Sonrisas Saludables

Prevención de caries y salud bucal

Cuida tu salud bucal en cada etapa de la vida

Gestantes y puérperas

Visita periódicamente al profesional de salud bucal.

Cuida tus encías el embarazo puede aumentar el riesgo de gingivitis.

Bebés

Comienza el cepillado cuando salga el primer diente.

Usa un cepillo pequeño y suave con una pizca de pasta fluorada (1000 ppm).

No acuestes al bebé con biberón de leche o jugo.

Consulta regularmente al Higienista en odontología y Odontólogo/a.

Enséñale a escupir la pasta dental

¡La Caries Dental se puede Prevenir!



Proyecto de Reducción
de Amalgama Dental GEF 7



Ministerio
de Salud Pública



Ministerio
de Ambiente

OPS
Organización Panamericana de la Salud
Organización Mundial de la Salud
Organización de las Naciones Unidas para las Américas

Sonrisas Saludables

Prevención de caries y salud bucal

Cuida tu salud bucal en cada etapa de la vida

Edad escolar

Limita **alimentos y bebidas azucaradas** en las meriendas.

Supervisa el cepillado hasta que el niño/a naturalmente lo haga en forma correcta.

Usa hilo dental.

¡Atención! A los 6 años erupciona el primer molar permanente.

Necesita cuidado especial: es para toda la vida.

Cepilla con pasta fluorada (mínimo 1000 ppm).

Asiste a control odontológico periódicamente.

Adolescentes

Mantén una **higiene bucal constante**: los dientes son para toda la vida.

Evita **bebidas azucaradas y energizantes**

(pueden causar caries y desgaste dental).

Usa **pasta fluorada e hilo dental**.

Realiza controles periódicos.

¡La Caries Dental se puede Prevenir!



Proyecto de Reducción
de **Amalgama Dental GEF 7**



Ministerio
de Salud Pública



Ministerio
de Ambiente

OPS

Organización
Panamericana
de la Salud

Organización
Mundial de la Salud
OMS Organización de las Américas

Sonrisas Saludables

Prevención de caries y salud bucal

Cuida tu salud bucal en cada etapa de la vida

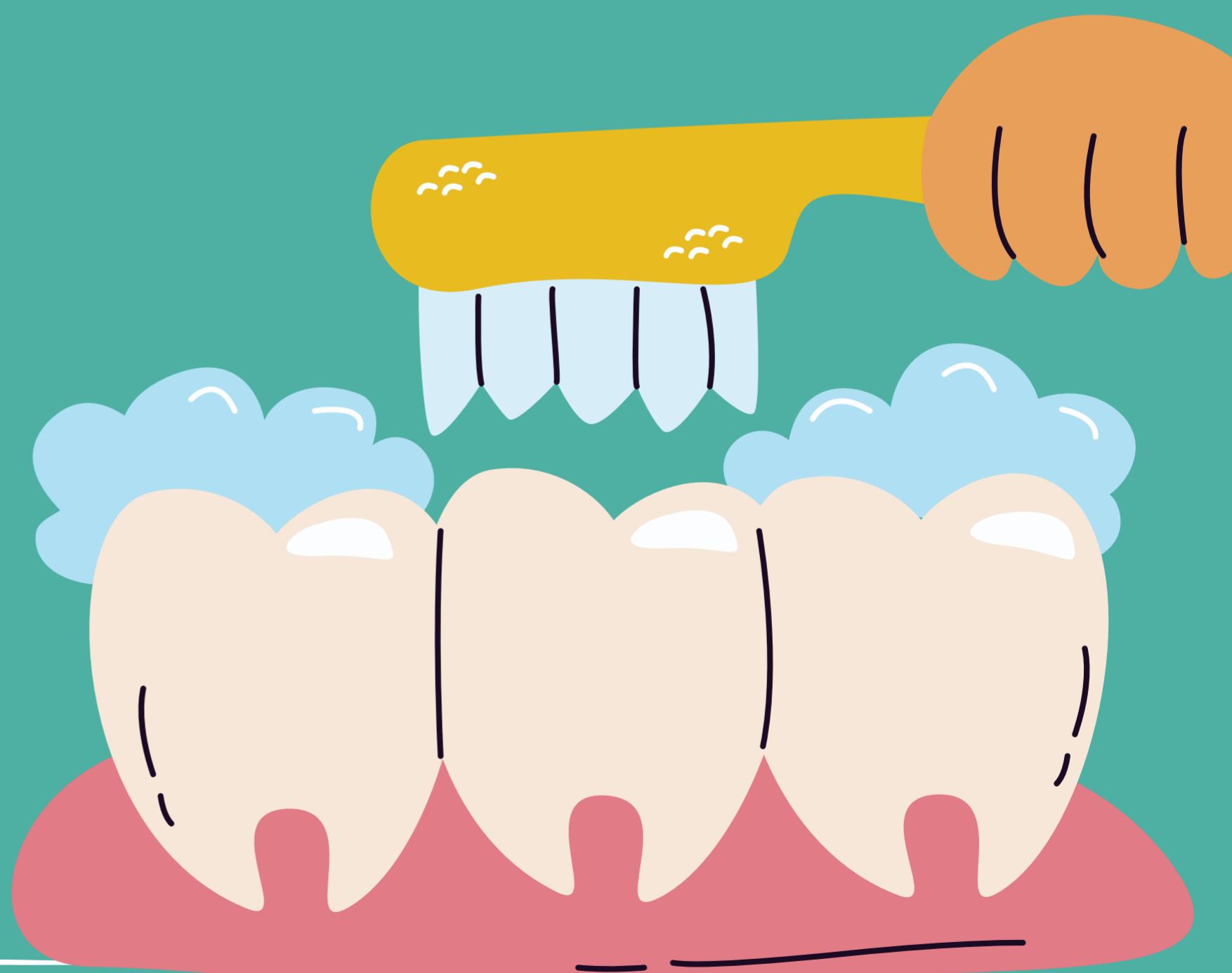
Jóvenes y adultos

Un cepillado correcto, el uso de hilo dental, una alimentación equilibrada baja en azúcares y el control periodico permiten prevenir caries, enfermedades de encías y pérdida dental. La boca sana favorece la autoestima, mejora la nutrición y contribuye a la salud integral de todo el organismo.

Personas mayores

El cuidado de tu salud bucal es clave para conservar la función masticatoria, hablar con comodidad y disfrutar de una buena calidad de vida. Es importante que mantengas el cepillado con pasta fluorada, si usas prótesis no olvides limpiarlas diariamente y realizar controles odontológicos de forma periódica

¡La Caries Dental se puede Prevenir!



Proyecto de Reducción de Amalgama Dental GEF 7



Ministerio de Salud Pública



Ministerio de Ambiente



Sonrisas Saludables

Prevención de caries y salud bucal

Cuida tu salud bucal en cada etapa de la vida

Es una de las enfermedades más comunes y, en la mayoría de los casos, está relacionada con nuestros hábitos. **¿Qué significa esto?**
Depende principalmente de:

La alimentación

Reduce el consumo de azúcares. Recuerda que no solo están en golosinas: muchos alimentos procesados, incluso salados, contienen azúcar. ¡Lee las etiquetas!

La higiene dental

Cepíllate después de cada comida con pasta dental fluorada (mínimo 1000 ppm de flúor).

Puedes ver esta información en la caja o el tubo.



Dosis de pasta dental:

Desde la erupción del primer diente hasta los 2 años:

como medio grano de arroz

2 a 4 años: como un grano de arroz

Desde los 5 años: como una arveja

Proyecto de Reducción de **Amalgama Dental GEF 7**



Ministerio de Salud Pública



Ministerio de Ambiente





Prevención de caries y salud bucal

Cuida tu salud bucal en
cada etapa de la vida

¡Sácale la lengua al cáncer oral!

¿Sabías que detectar lesiones orales
a tiempo puede salvar tu vida?

Solicita un examen gratuito de boca en tu centro de salud.

Revisa y consulta ante señales como:

- Manchas blancas o rojas.
- Úlceras que no sanan en más de 2 semanas.
- Protuberancias, lesiones o sensibilidad inusual.

Esta campaña forma parte de nuestra estrategia nacional
de prevención del cáncer bucal.

¡La Caries Dental
se puede Prevenir!

Proyecto de Reducción
de Amalgama Dental GEF 7



Sonrisas Saludables

Prevención de caries y salud bucal

Cuida tu salud bucal en cada etapa de la vida

**Aliviar el dolor,
mejorar la calidad de vida.**

Hasta 8 de cada 10 pacientes en cuidados paliativos **presentan síntomas bucales como dolor, sequedad o infecciones.**

Estos problemas **afectan la alimentación, el habla y la dignidad.**

La odontología es parte fundamental del equipo de cuidados paliativos.

Con atención adecuada podemos reducir el sufrimiento evitable.

**Integrar la salud bucal
en los cuidados paliativos
es un compromiso.**



Proyecto de Reducción
de **Amalgama Dental GEF 7**



Ministerio
de Salud Pública



Ministerio
de Ambiente

OPS
Organización Panamericana de la Salud  Organización Mundial de la Salud 