



SALUD
BUCAL

¿QUÉ ES LA PLACA BACTERIANA?

Es una película blanca y pegajosa que se adhiere a los dientes. Está compuesta por bacterias de origen salival. La incorrecta eliminación de la placa bacteriana puede producir:

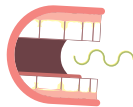
CARIES

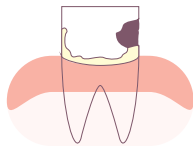
GINGIVITIS

PERIODONTITIS

HALITOSIS

(mal aliento)

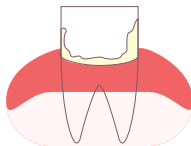




CARIES

Enfermedad infecciosa que se produce cuando la placa bacteriana y los azúcares de los alimentos coexisten un tiempo en los dientes.

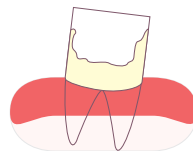
Caramelos, gaseosas y jugos azucarados están asociados al desarrollo de caries



GINGIVITIS

Inflamación de las encías, que adquieren un color rojo brillante y pueden sangrar espontáneamente o cuando te cepillás los dientes.

Si no se controla, el cuadro puede evolucionar hacia una periodontitis o piorrea.



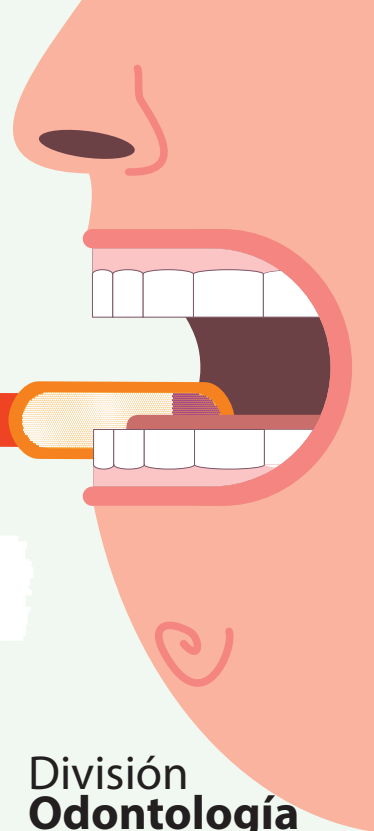
PERIODONTITIS

La persistencia del sarro y de la gingivitis puede llevar a la piorrea o periodontitis, que produce pérdida del tejido que sostiene los dientes.

La movilidad dentaria que produce este cuadro puede llevar a la pérdida de dientes.

EL CORRECTO CEPILLADO DE LOS DIENTES Y EL USO DE HILO DENTAL TIENEN POR FINALIDAD ELIMINAR LA PLACA BACTERIANA. LA VISITA PERIÓDICA AL ODONTÓLOGO ES MUY IMPORTANTE PARA EL CONTROL DE LA SALUD BUCAL.

Cepillá tus dientes al menos dos veces al día. Si lo hacés todas las noches evitás padecer muchas infecciones y problemas de salud. Utilizá un cepillo dental suave, cuya cabeza sea lo suficientemente pequeña como para alcanzar todas las zonas de los dientes y boca. Reemplazá tu cepillo cada 3 o 4 meses.



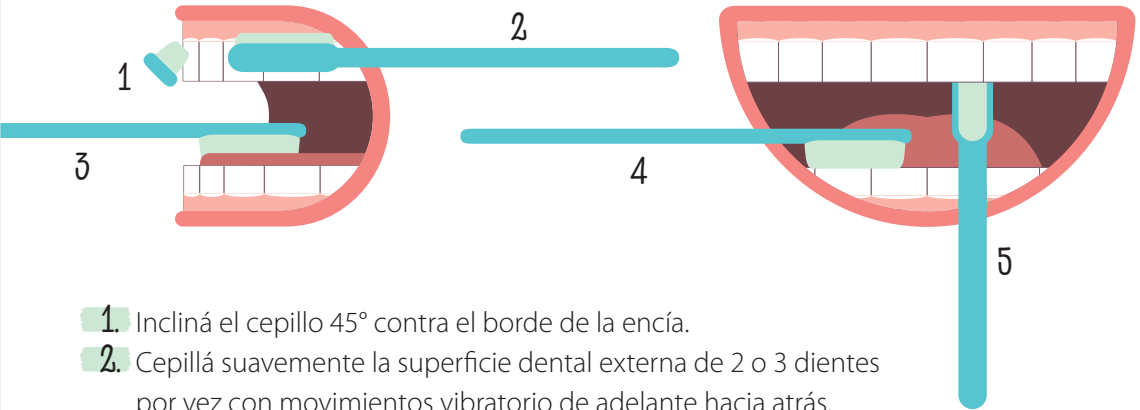
CÓMO CEPILLARSE LOS DIENTES

MINISTERIO DE
SALUD PÚBLICA



GOBIERNO DE
TUCUMÁN

División
Odontología



1. Inclíná el cepillo 45° contra el borde de la encía.
2. Cepillá suavemente la superficie dental externa de 2 o 3 dientes por vez con movimientos vibratorio de adelante hacia atrás.
3. Cepillá suavemente lengua y mejillas para eliminar bacterias y refrescar el aliento.
4. Colocá el cepillo sobre la superficie masticatoria y hacé un movimiento suave de adelante hacia atrás.
5. Inclíná el cepillo verticalmente detrás de los dientes frontales y hacé movimientos vibratorios desde arriba hacia abajo usando la parte delantera del cepillo.

EL CORRECTO CEPILLADO DE LOS DIENTES TIENE POR FINALIDAD ELIMINAR LA PLACA BACTERIANA Y ES LA PRINCIPAL MEDIDA DE AUTOCUIDADO.

SALUD BUCAL DE LA MUJER EMBARAZADA Y DEL BEBÉ

La mamá embarazada tiene derecho a llegar al parto con su boca sana, a través del **Programa Provincial de Salud Bucal de la Paciente Embarazada**, que se lleva a cabo en todos los servicios odontológicos del Sistema Provincial de salud.

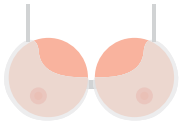


MINISTERIO DE
SALUD PÚBLICA



GOBIERNO DE
TUCUMÁN

División
Odontología



La lactancia Materna exclusiva hasta los 6 meses es la mejor protección contra las enfermedades. Además, permite un desarrollo facial armónico y la correcta oclusión entre los dientes superiores e inferiores. Favorece el desarrollo de la respiración del bebé y ayuda al posicionamiento adecuado de la lengua.



Si le das mamadera, hazelo con el bebé en posición vertical, para estimular el ejercicio de la musculatura oral. Evitá el agregado de azúcar o miel a las tetinas y jugos. Interrumpí el uso de chupete y mamadera antes de los dos años: su uso prolongado puede producir problemas en la posición dentaria, en la masticación y en la fonación.



Buscá generar hábitos saludables desde el nacimiento. Limpiale las encías con una gasa o un dedal de silicona una vez por día. Con la aparición de los primeros dientes, puede incorporarse el cepillado (el cepillo dental es de uso exclusivo para cada persona). Se recomienda la consulta odontológica preventiva para el bebé desde su nacimiento.

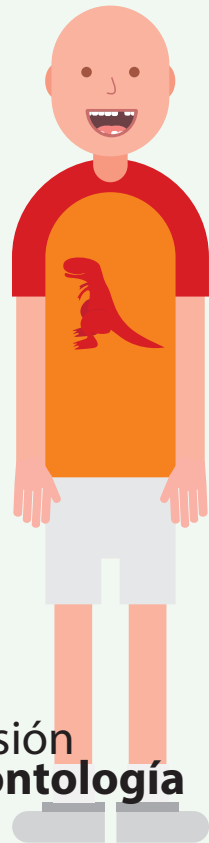
EL CONTROL DE LA PLACA BACTERIANA Y LA REDUCCIÓN DE LAS ENFERMEDADES ASOCIADAS A ELLA MEJORA LA SALUD DE LA EMBARAZADA Y DISMINUYE EL RIESGO DE TRANSMITIR BACTERIAS A SU BEBÉ.

SALUD BUCAL EN NIÑOS

Es importante el cuidado de la dentición temporaria para la masticación, fonación, deglución, desarrollo de los maxilares, estética y mantenimiento de los espacios para la correcta ubicación de los dientes permanentes.

Los primeros molares permanentes aparecen detrás de los últimos molares de leche a los seis años de edad. Los padres deben estar atentos y concurrir al odontólogo cuando esto suceda.

El cepillado debe ser realizado por los padres hasta los ocho años de edad, momento en que el niño adquiere la destreza necesaria para hacerlo solo, adquiriendo un hábito saludable y eliminando la placa bacteriana. No es indispensable el uso de pasta dental.



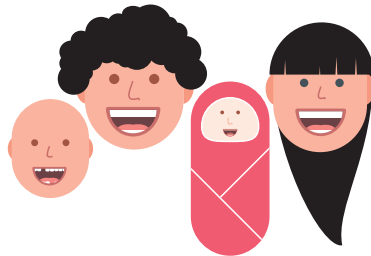
MINISTERIO DE
SALUD PÚBLICA



GOBIERNO DE
TUCUMÁN

División
Odontología

CONSEJOS PARA LA FAMILIA



- Es importante cepillarse los dientes y usar hilo dental para eliminar la placa bacteriana, fundamentalmente a la noche antes de acostarse.
- Después de consumir alimentos ácidos enjuagarse la boca con agua.
- Evitar el uso de los dientes para morder lápices, cortar cintas, cortarse las uñas, destapar botellas, etc. ya que no es su función y hacerlo produce alteraciones bucales como la fractura o abrasiones dentarias.
- Utilizar protector bucal para las prácticas deportivas de riesgo, para proteger los dientes de posibles fracturas o pérdida de los mismos.
- Evitar el uso de piercings y tatuajes bucales ya que favorecen la aparición de enfermedades.
- Evitar el consumo excesivo de alcohol y el consumo de tabaco ya que predisponen a enfermedades bucales y generales.
- Concurrir al CAPS más cercano a tu domicilio hasta lograr el alta odontológica de tu familia y luego cada seis meses para monitoreo y mantenimiento.

LA SALUD BUCAL DE LA FAMILIA PUEDE LOGRARSE MODIFICANDO ESTILOS DE VIDA Y CON LA UTILIZACIÓN ADECUADA DE LOS SERVICIOS DE SALUD.