

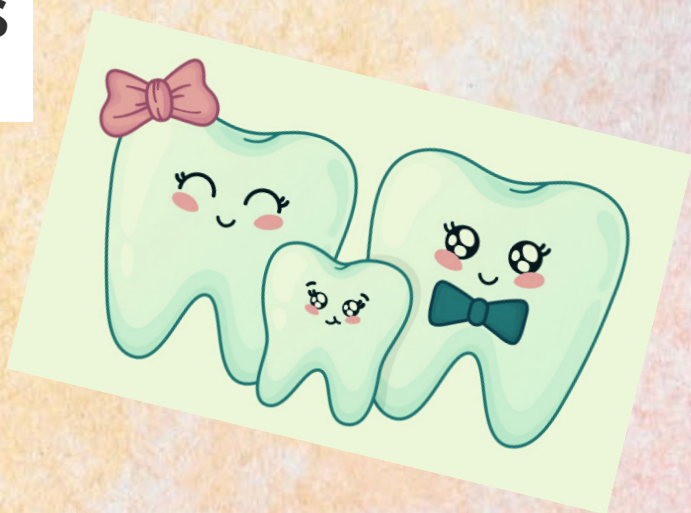


SALUD ORAL

El programa de salud oral busca educar en cuidados de higiene oral y conocimientos básicos para disminuir la aparición, severidad y ocurrencia de caries dental y enfermedades periodontales.

CUÁLES SON LAS ALTERACIONES MÁS FRECUENTES

- Caries dental.
- Placa bacteriana.
- Problemas de encías.
- Mal aliento.
- Pérdida de piezas dentales.



¿QUÉ ACTIVIDADES SE REALIZAN DURANTE LA CONSULTA DE SALUD ORAL?

Estas actividades varían según la edad del usuario

- **Control de placa bacteriana:** Mayores de 1 año.
- **Aplicación de sellantes:** Usuarios entre 3 y 15 años.
- **Aplicación de flúor:** Usuarios entre 1 y 17 años.
- **Detartraje:** Usuarios mayores de 12 años.

HÁBITOS SALUDABLES EN HIGIENE ORAL

- Cepillar bien los dientes después de cada comida y antes de acostarse.
- Limpiar el espacio entre los dientes.
- Asistir a los programas de salud oral que brinda PIJAOS SALUD EPSI.
- Consultar al odontólogo por lo menos una vez al año.
- Evitar el consumo de chicle.
- Evitar el uso de chupos y teteros en los niños.



¿COMO CEPILLAR LOS DIENTES CORRECTAMENTE?

- Coloque el cepillo de dientes formando un ángulo de 45° contra el borde de las encías.
- Mueva el cepillo adelante y atrás suavemente con movimientos cortos que cubran los dientes por completo.
- Cepille los dientes por las superficies exteriores, las interiores y las de masticar.
- Cepille suavemente la lengua para eliminar bacterias y refrescar el aliento

