

SALUD ORAL

¿QUE ES 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.



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



CUÁLES SON LAS ALTERACIONES MÁS FRECUENTES

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

¿QUÉ ACTIVIDADES SE REALIZAN?

- 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.



Cra 8ª No 16-85 B/ Interlaken.
PBX (098) 2809090 Ext: 121 - 106
Línea gratis 018000186754
Correo: saludpublica@pijaosalud.com.co
Ibagué - Tolima