



# PROTOCOLO DE EDUCACIÓN EN SALUD BUCODENTAL



# ORGANIZACIÓN





# HIGIENE DENTAL - CEPILLADO



El cepillado debe realizarse por cuadrantes y en orden para que no se deje zonas sin cepillar:

- *Cuadrante 1: Superior derecho.*
- *Cuadrante 2: Superior izquierdo.*
- *Cuadrante 3: Inferior izquierdo.*
- *Cuadrante 4: Inferior derecho.*



Cepillar primero las caras externas de los dientes, luego las internas y por ultimo las caras oclusales ( las masticatorias).

El cepillo se debe colocar en ángulo de 45° sobre el costado del diente y encía, rotándolo de tal forma que gire la cabeza del cepillo.

Esto se debe realizar 4-5 veces abarcando dos dientes en cada movimiento.



# HIGIENE DENTAL - CEPILLADO



**UTILIZA UNA CREMA DENTAL ADECUADA.**

## EL CEPILLADO DEBE REALIZARSE

**AL MENOS 2 veces al día.**

- Después del desayuno.
- Antes de irse a dormir.

**Se recomienda:**

- Después de cada exposición de azúcares.
- Antes de la toma de flúor.

## CARACTERÍSTICAS DEL CEPILLO

**Cabeza:** Pequeña para que pueda acceder a todas las zonas.

**Mango:** Debe ser recto.

**Fibras:** Debe tener extremos redondeados, una dureza media y debe ser de material sintético.



**DEBE SER CAMBIADO CADA TRES MESES.**



# ESCALA DE ALIMENTOS PELIGROSOS POR SU POTENCIAL CARIOGENICO



## ALIMENTOS QUE CONTIENEN AZÚCAR:

- \* Bebidas sin alcohol.
- \* Leche condensada azucarada.
- \* Cremas azucaradas como la del chocolate.
- \* Batido de leche.
- \* Helado de hielo con colorantes.

## ALIMENTOS SOLIDOS ADHESIVOS QUE CONTIENEN AZÚCAR:

- \* Tortas, rosquillas, bizcochos, barra de caramelo, chocolate.
  - \* Pasteles
  - \* Cereales recubiertos con azúcar.
  - \* Frutas cocidas con azúcar.
  - \* Helados Jaleas.
  - \* Caramelos Duros.
  - \* Alimentos sustitutivos.
  - \* Frutos secos.
  - \* Aceitunas.
  - \* Queso.
  - \* Cortes de carne frías.
  - \* Pizza.
- Zumo de frutas sin endulzar.  
Bocadillos de pan.







# FACTORES DE RIESGO Y ACTITUD ANTE LA PRESENCIA DE CARIES



- No uso de cepillado, al menos 2 veces al día.
- Padre y/o madre y/o hermano > 15 años con CAOD (índice de caries) > 4.
- Hermano < 15 años con caries.
- Malformaciones orales y dentales – Ortodoncia.
- Retraso psicomotor.
- Malnutrición pre y postnatal.
- Hábito de biberón nocturno y/o chupete endulzado.
- Consumo habitual de jarabes y/o bebidas azucaradas.
- Respiración bucal.
- Uso continuado de antihistamínicos.

Siempre que detectemos caries, tanto en dientes temporales como definitivos, hay que recomendar la obturación de esas piezas debido a que:

- Son focos de infección crónica que hay que eliminar.
- Son estructuras orgánicas (definitivas) irremplazables.

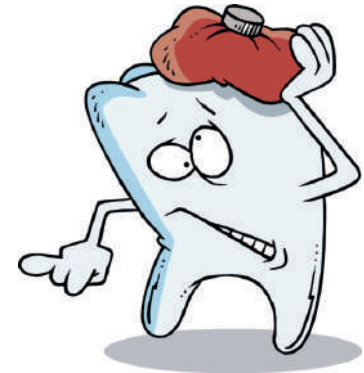




# ACTITUD ANTE LOS TRAUMATISMOS ORALES



- **AGUDOS:** Siempre tras un traumatismo, por leve que parezca hay que visitar en el menor tiempo posible, a un odontólogo para su evaluación.
- Ante la avulsión de una pieza tras un traumatismo, se recomiendan las siguientes normas:
- Colocar el diente debajo de la lengua del niño que ha sufrido el traumatismo, o en su defecto colocarlo en un vaso de leche (a ser posible entera) o suero fisiológico.
- NO LAVAR O LIMPIAR EL DIENTE.
- Acudir de inmediato a la consulta del odontólogo.
- Los dientes negros u oscuros tras traumatismo no afectan para la reabsorción radicular cuando se produzca el cambio con la dentición definitiva.



**CRONICOS:** Pueden llegar a producir alteraciones en la oclusión de los dientes. Son todos aquellos traumatismos que llevan al deterioro de la pieza dentaria( mordisqueo de lápices y bolígrafos, comer pipas, abrir botellas, mordisquear hilos, retener pesos con los dientes, bruxismo ( rechinaimiento de los dientes).



# PREVENCIÓN DEL CANCER ORAL



- **CARIES DENTAL:** Las fracturas de las paredes del diente formando bordes cortantes, con espículas, actúan como factor irritativo que provoca, de modo crónico, la mutación celular de la mucosa, actuando como factor precanceroso.
- **IRRITANTES (TABACO, ALCOHOL):** El tabaco es importante por las altas temperaturas que se alcanzan en la zona de asentamiento del cigarro, lo mismo sucede con los fumadores de pipa. Bebidas calientes.
- **HABITOS:** Todos aquellos hábitos que provoquen decúbito pueden afectar la mucosa, así como el mordisqueo de mejillas y labor (leucoplasias y lesiones del tipo canceroso).







**CUIDEMOS LA SALUD  
BUCAL DE NUESTROS  
HIJOS**