

# Los Conceptos Básicos de la Salud Oral



**The Los Angeles Trust  
for Children's Health**  
Oral Health Initiative [www.lachildrens.org](http://www.lachildrens.org)

333 S. Beaudry Ave, 29th floor  
Los Angeles, California 90017  
(213) 241-3511

# La Importancia de los Dientes



- Las caries dentales son la enfermedad crónica mas common entre los niños
- Es la principal causa de ausentismo escolar y afecta a 7 de cada 10 niños en Las Angeles



# Nuestra Boca



- Nuestra boca es una parte muy importante de nuestro ser.

Nos permite:

- Hablar
- Sonreír
- Masticar
- Probar



# La Prevention

- Las caries dentales se pueden prevenir cepillándose los dientes 2 veces al día por 2 minutos
- Usando el hilo dental diariamente
- Visitor al dentist 2 veces al ano



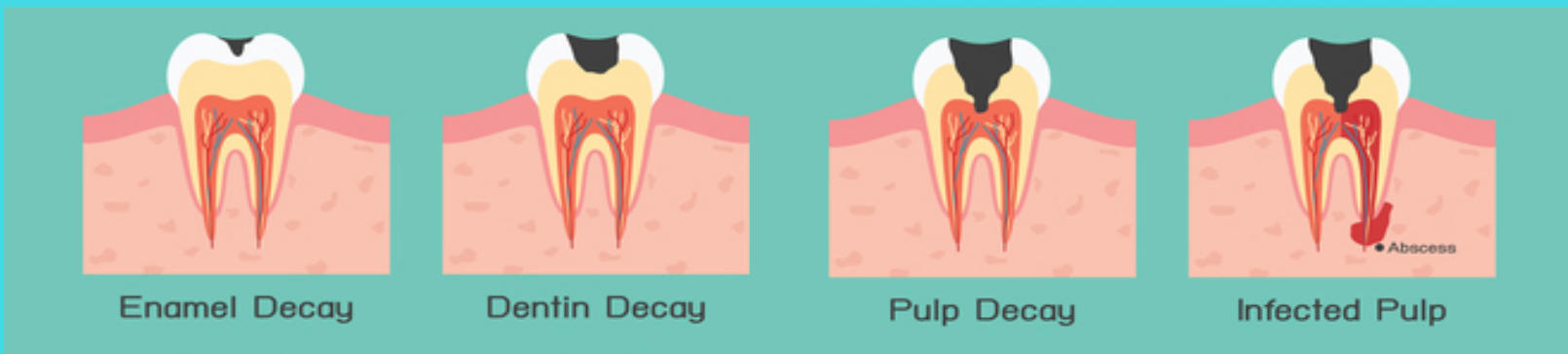
- Medi-Cal está disponible a todos los niños de bajos menores de 19 años, recursos sin importar su estatus migratorio.
- Si su hijo tiene seguro médico a través de un plan de Medi-Cal o Covered California, también tiene cobertura dental y debería ir al dentista para recibir atención y exámenes regulares.





# ¿Qué causa las caries?

- El azúcar y el almidón de los alimentos como pan, arroz, pasta, refrescos y dulces se mezclan con las bacterias en la boca para formar ácido ... este ácido hará agujeros en los dientes conocidos como caries.



# Las caries son contagiosas



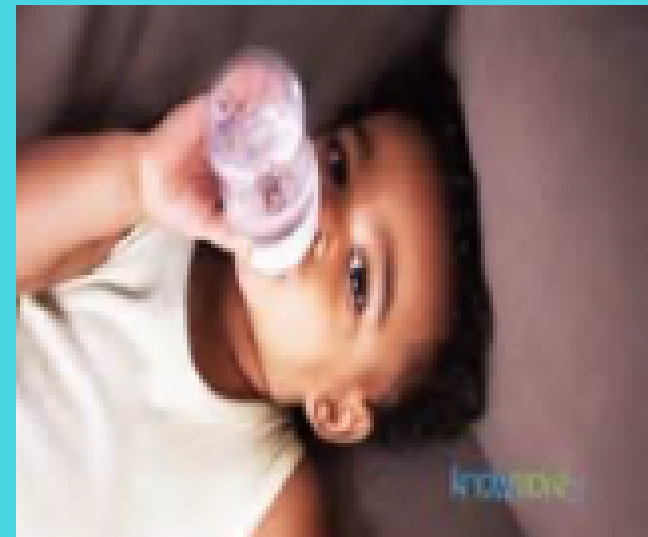
- Las bacterias que causan las caries se pueden transferir de su boca a la boca de su niño.
- Los dientes de bebés se caen, pero las bacterias se quedan y causan caries y enfermedades de las encías cuando los dientes permanentes crecen



# Proteja los dientes de su bebé

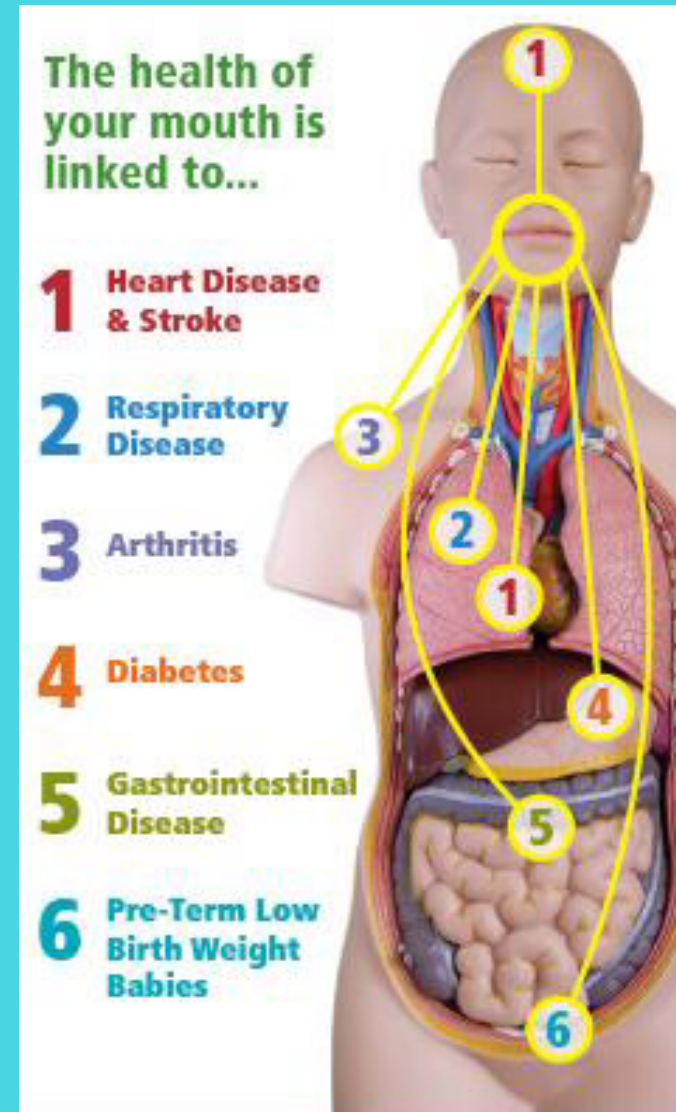


- Levante el labio y revise los dientes y las encías del bebé
- Limpie los dientes del bebé dos veces al día
- Use agua solamente en el biberon a la hora de dormir
- Lleve su bebé al dentista cuando cumpla el año



# La salud de la boca

- La salud de la boca, dientes y encías afecta a la salud de todo el cuerpo.
- Las caries, la placa y la enfermedad de las encías están vinculados a la enfermedad cardíaca, accidente cerebrovascular, la diabetes, la obesidad, y pueden afectar negativamente a las mujeres embarazadas.



# La salud de la boca



- Cigarrillos y tabaco de mascar son perjudiciales para su salud oral.
- Fumar y el tabaco de mascar son conocidos por causar manchas en los dientes, enfermedad de las encías, pérdida de dientes, y el cáncer de boca.





# Mantenga sus dientes fuertes

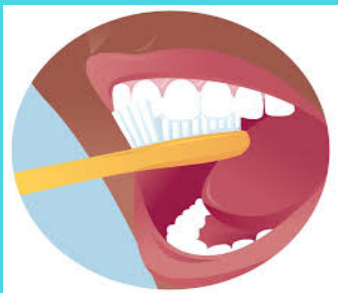


- Mantener sus dientes y cuerpo fuerte por el consumo de alimentos saludables como frutas, verduras, proteínas magras y beber / cocinar con agua de la llave.
- Nuestra agua de la llave contiene fluoruro, un mineral que ayuda a prevenir la caries dental.



# Recomendaciones

- Cepillarse los dientes 2 X cada día
- Use hilo dental todos los días
- Ver a un dentista 2 X cada año
- Come comida saludable
- Limitar los alimentos azucarados y refrescos
- Beber y cocinar con agua de la llave
- No fumar o masticar tabaco





Gracias

¿Preguntas?

