

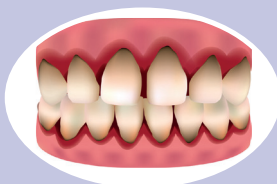
6 SALUD BUCAL DEL ADOLESCENTE

Tu salud bucal depende solo de ti y es, además, determinante para que puedas gozar de una salud integral. Para ser una persona saludable, debes atender adecuadamente la higiene de tu boca. El descuido o la falta de cepillado dental, con toda seguridad, te dará una apariencia desagradable y te producirá mal aliento, causados por enfermedades e infecciones bucales.



¿CÓMO SABER SI TU BOCA NO ESTÁ SANA?

- Si te sangran las encías o las ves rojas e inflamadas.
- Si tienes caries que se ven como manchas o cavidades.



- Si percibes un aumento en la sensibilidad dental, posiblemente por una erosión química.
- Si tienes mal aliento.

6A

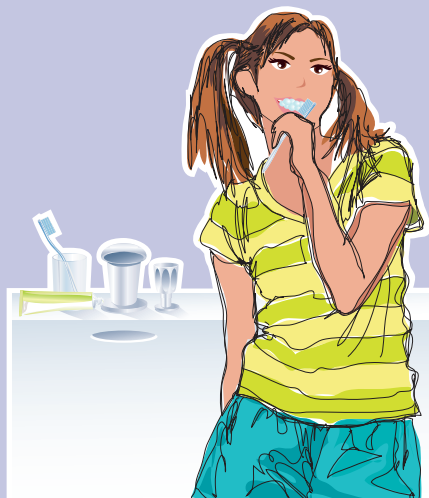
SALUD BUCAL DEL ADOLESCENTE

Aumentas el riesgo de enfermarte cuando te colocas piercings en la boca. También cuando dejas de usar protector bucal durante la práctica de deportes que lo requieran.



¿CÓMO PUEDES EVITAR LAS ENFERMEDADES BUCALES?

- Con una buena higiene bucal que incluya el uso del cepillo, pasta dental, hilo dental y enjuague bucal.
- Manteniendo buenos hábitos alimenticios. Evitando las bebidas carbonatadas y energizantes.
- Visitando periódicamente al odontopediatra, quien te dará las recomendaciones necesarias para el cuidado de tu salud bucal.



UNIÓN DE LAS SOCIEDADES CIENTÍFICAS DE ODONTOPEDIATRÍA
TRABAJANDO POR LA SONRISA DE NUESTROS NIÑOS LATINOAMERICANOS