

¿SABES COMO CUIDAR

TU SALUD

BUCAL?



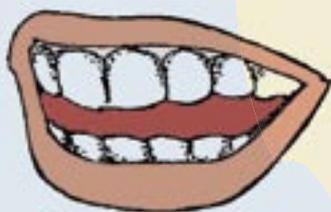
TE INVITAMOS
A QUE LEA ESTO

TE AYUDARA

**MINISTERIO DE SALUD
UNIDAD DE COMUNICACIÓN
Y EDUCACIÓN PARA LA SALUD**

¿QUÉ ES LA PLACA BACTERIANA?

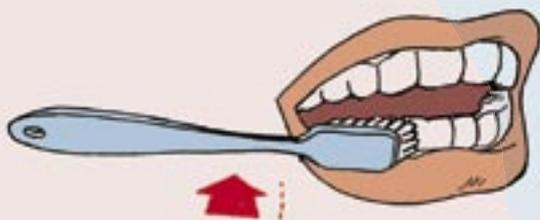
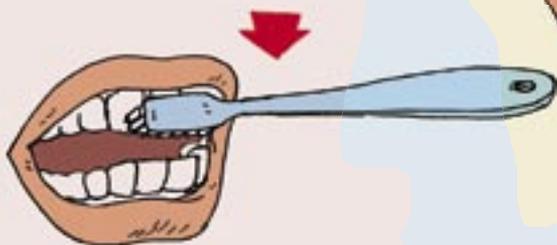
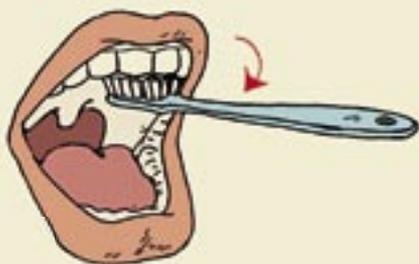
Es una sustancia sin color, formada por bacterias (microbios) y restos de alimentos que se pegan a las superficies de los dientes y encías



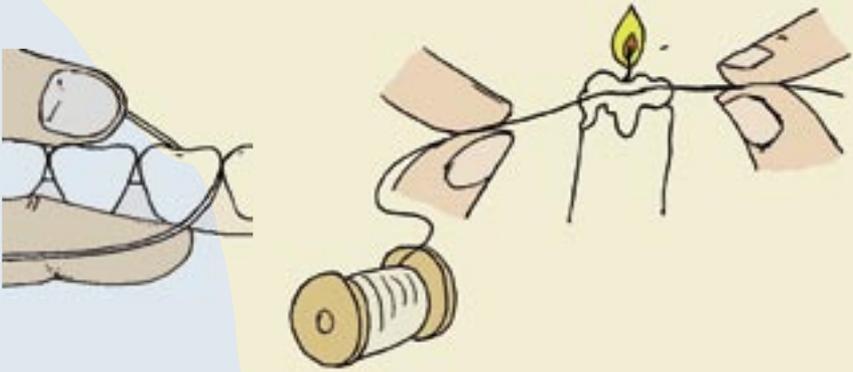
Cuando la PLACA BACTERIANA está sobre los dientes produce caries dental. Cuando está sobre las encías, puede causar desde una inflamación leve de encías (gingivitis), hasta la temible y destructiva enfermedad periodontal (piorrea).

ALGUNOS CONSEJOS QUE TE AYUDARÁN:

CEPÍLLATE los dientes después de haber comido.



Usa el HILO DENTAL o fabrica un sustituto.



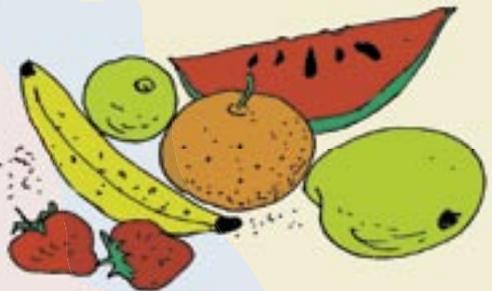
Usa productos fluorurados...

Cocina con SAL FLUORURADA



Usa PASTAS DENTALES CON FLUORURO.

Coma ALIMENTOS NATURALES.



LOS DIENTES SANOS TE AYUDARÁN A:



**Sonreír con
confianza**

Masticar mejor

Hablar bien

