



DÍA MUNDIAL DE LA SALUD BUCAL

"UN EQUIPO HUMANO AL SERVICIO DE LA SALUD"

SUBDIRECCIÓN
SALUD

BOLETÍN No. 017
MARZO 20 DE
2020

COMANDO GENERAL
DE LAS FUERZAS
MILITARES

SUBSISTEMA DE SALUD
DE LAS FUERZAS
MILITARES

DIRECCIÓN GENERAL
DE SANIDAD MILITAR

MG. JAVIER ALONSO
DÍAZ GÓMEZ
Director

CR. ROCIO DEL PILAR
GARZÓN
Subdirección de Salud

CN. DIANA YOLANDA
OSORIO CHACÓN
Coordinación Grupo
Salud Pública

SMSM. YENNY MARTINEZ
Salud Pública

PS. CLAUDIA MARYAM
MONTENEGRO ACOSTA
Comunicaciones
Estratégicas



El 20 de marzo de cada año se celebra el **día Mundial de la Salud Bucal** y su objetivo es recordar la importancia de tener una boca saludable como mecanismo de defensa para una buena salud en general.

¿POR QUÉ ES IMPORTANTE ESTE DÍA PARA EL SUBSISTEMA DE SALUD DE LAS FUERZAS MILITARES?

Ésta es una fecha para recordar la importancia que tiene el autocuidado, el cual se refuerza con técnicas de cepillado correctas, uso de enjuagues bucales y seda dental como complemento a la higiene habitual, revisiones periódicas por el profesional en Odontología y asistencia al Establecimiento de Sanidad Militar de adscripción para las evaluaciones correspondientes.



DATOS IMPORTANTES:

Las enfermedades orales pueden presentar complicaciones si el usuario tiene como base enfermedades cardiovasculares, cáncer, enfermedades respiratorias crónicas y diabetes. Algunos hábitos se reflejan en la boca y sus componentes, trayendo consigo tratamientos dolorosos y complicados, como:

 Consumo de tabaco

 Consumo de alcohol

 Dietas con alto contenido de azúcares. Este último presenta un gran vínculo con la diabetes, la obesidad y la caries dental.

"Las Enfermedades Bucodentales pueden convertirse en un obstáculo importante para disfrutar de una vida saludable"

¿QUÉ ES LA SALUD BUCODENTAL?

Según la Organización Mundial de la Salud, la Salud Bucodental se define como la ausencia de dolor orofacial, cáncer de boca o de garganta, infecciones y llagas bucales, enfermedades periodontales (de las encías), caries, pérdida de dientes y otras enfermedades.

HÁBITOS PARA MANTENER UNA EXCELENTE SALUD BUCAL:

 **Cepillar** los dientes por lo menos tres veces al día.

 **Lavar** todos los dientes y la lengua.

 **Limpiar** los espacios entre los dientes con hilo o ceda dental.

 **Evitar** el consumo de dulces, bebidas azucaradas y alimentos refinados.

 **Visitar** al odontólogo al menos una vez al año.

 **Recordar** que el enjuague bucal no reemplaza el cepillado, en caso de utilizarlo elegir sin alcohol y con flúor.

ACÉRQUESE A SU ESTABLECIMIENTO DE ADSCRIPCIÓN Y SOLICITE INFORMACIÓN DE LAS ACTIVIDADES DE SALUD BUCAL PARA USTED Y SU FAMILIA.

“Muchas de las enfermedades orales son prevenibles y constituyen una de las causas de morbilidad más comunes en todo el mundo. Estas enfermedades tienen un profundo impacto en la calidad de vida, bienestar y costos según el tipo de tratamiento a realizar”.

