



**DIRECCIÓN GENERAL
DE SANIDAD MILITAR**

DÍA MUNDIAL DE LA SALUD BUCAL

QUE TU SONRISA SEA TU SELLO PERSONAL

El **Día Mundial de la Salud Bucodental** se celebra anualmente cada 20 marzo desde el año 2013, y está organizado por la World Dental Federation (FDI por sus siglas en inglés), la estrategia de comunicación de la Federación Dental Internacional está orientada a fomentar las medidas dirigidas a toda la población, cuyo fin es prevenir enfermedades bucodentales y promover la salud oral.

En Colombia, como en gran parte del mundo, las enfermedades bucales son muy frecuentes. El 38.3% de los niños de 1, 3 y 5 años, ya han presentado caries inicial o avanzada, obturaciones dentales o dientes perdidos por caries; a los 12 años, el 92,1% presentan esta historia y en las edades adultas este valor se incrementa aún más.

- El 61,92% de los niños (1, 3 y 5 años) presentan caries no tratada; en las personas entre 65 y 79 años si bien se reduce el porcentaje de personas, esto se debe a la pérdida dental. Sobre las enfermedades de las encías (enfermedades periodontales) se presentan manifestaciones incluso desde los adolescentes hasta llegar a un 62% de personas que lo presentan con incremento de la severidad a medida que aumenta la edad.

- La caries y la enfermedad periodontal contribuyen a la pérdida dental. El 70,4% de las personas desde los 15 años, han perdido uno o más dientes y el 11,12% han tenido pérdida total de su dentición.



Grupo Gestión del Riesgo en Salud GRERI

Un equipo humano al servicio de la salud

RECOMENDACIONES



- ❖ Realizar cepillado de las superficies dentales con crema dental, además, realizar higiene de lengua y mucosas, después de cada comida. Es importante nunca acostarse sin haber realizado la higiene bucal.



- ❖ Los cepillos no deben compartirse entre personas, aún siendo de la misma familia y una vez usados deben mantenerse sin que entren en contacto con otros, y así, evitar contaminación con bacterias o virus.



- ❖ Usar seda o hilo dental, por lo menos una vez al día, para ayudar a la eliminación de placa en los espacios interdentes.
- ❖ El uso de enjuagues bucales contribuye a reducir el crecimiento de bacterias y placa bacteriana.



- ❖ Realizar higiene de las prótesis dentales removibles, fijas e implantes, con elementos como reveladores de placa, enhebradores, tabletas limpiadoras, sedas dentales especiales y retiro nocturno de las prótesis removibles para permitir a los tejidos descanso y recuperación.



- ❖ Realizar semanalmente auto revisión del cuello, la cara y los tejidos de la boca (dientes, encías, lengua, piso de boca debajo de la lengua, parte interna de las mejillas, labios, y paladar), para identificar cambios oportunamente y consultar con su odontólogo.



- ❖ Mantener a la mano las líneas telefónicas o virtuales de los Establecimientos de Sanidad Militar, para solicitar las citas odontológicas y recibir orientaciones para el cuidado de la salud bucal.



- ❖ Acudir a los servicios de odontología, para recibir las atenciones de prevención según la edad con el fin de controlar los factores de riesgo que desencadenan las enfermedades bucales.

El Subsistema de Salud de las Fuerzas Militares cuenta en cada uno de los ESM con un equipo de profesionales disponibles para atender las necesidades en Salud Bucal de sus afiliados, así como fortalecer los hábitos de higiene y el autocuidado.