

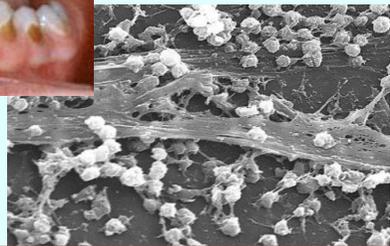
# LA CARIES

PRIMER SIGNO CLÍNICO DE CARIES  
VISIBLE: "MANCHA BLANCA"



Azúcares

Placa dental



Enfermedad multifactorial biofilm azúcar-dependiente.

### CAUSAS:

- Exposición continuada a los azúcares
- Higiene oral inadecuada o inexistente
- Colonización por bacterias

### CONSECUENCIAS:

- DOLOR INTENSO
- PÉRDIDA PREMATURA DIENTES
- INFECCIONES FACIALES
- DISMINUCIÓN DESARROLLO Y APRENDIZAJE

# ¿CÓMO CEPILLAMOS NUESTROS DIENTES?



★ **DOSIS DE FLÚOR en pasta dental**  
\*0-3 Años: 1.000 ppm de flúor. Tamaño de grano de arroz  
\*3-6 años: 1.000 ppm de flúor. Tamaño de grano de guisante  
\*+6 años: 1.450 ppm de flúor  
★ **CEPILLAR LA LENGUA**  
★ Hay que escupir, pero **¡NO ENJUAGAR LA BOCA DESPUÉS DEL CEPILLADO!**

- Renovar el cepillo de dientes cada 3-4 meses.
- Cepillar los dientes desde la erupción del primer diente en boca.
- Cepillado mínimo dos veces al día (NO olvidar el de la noche)



# SALUD BUCODENTAL INFANTIL



“DIENTES SANOS, NIÑOS FELICES” 

Unidad Docente de Odontología Preventiva y Comunitaria  
Universidad de Murcia

# DIETA

sinAzucar.org

## Triángulo de la alimentación saludable

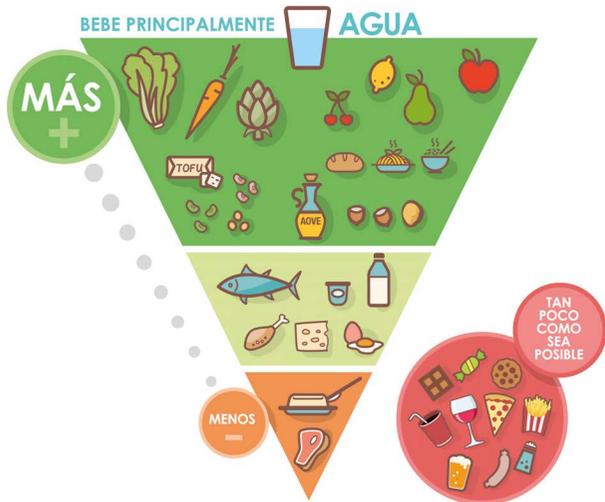
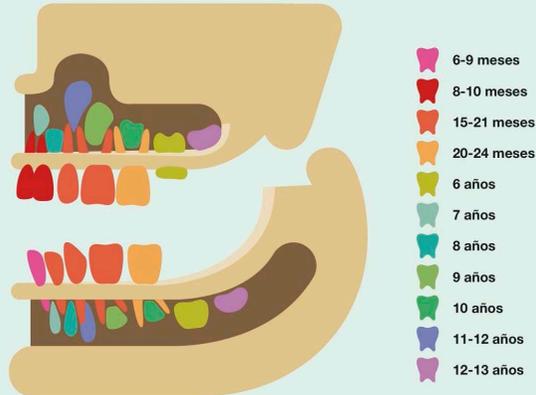


Tabla 1. Acidogenicidad de los alimentos

Alta	Moderada	Baja
Uvas	Peras	Brécol, coliflor
Frutos secos dulces	Manzanas	Pepino, apio
Dátiles	Melocotones	Zanahoria
Crackers de trigo	Mosto	Pepinillos
Galletas dulces	Sidra de manzana	Carne, pescado
Galletas rellenas	Zumo de naranja	Jamón, queso
Chocolate con leche	Zumo de uva	Cacahuets
Snacks	Bebidas dulces	Almendras, avellanas
Patatas fritas tipo chips		Nueces, palomitas

# RECAMBIO DENTARIO

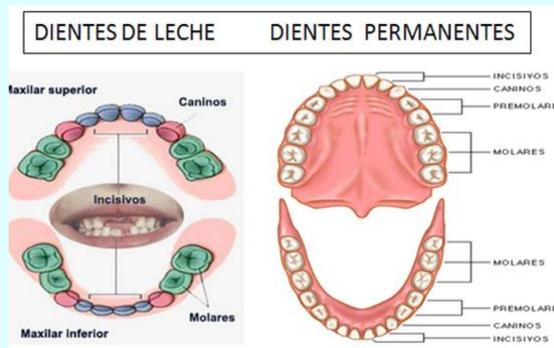
¿A qué edad erupcionan los dientes?



## ¡LOS DIENTES DE LECHE SON IMPORTANTES!:

- Mastican la comida.
- Ayudan al desarrollo de la musculatura y los huesos.
- Sirven de guía a los dientes definitivos y mantienen el espacio que les corresponde.
- Favorecen la autoestima y sonrisa del niño
- Ayudan a la pronunciación.

DIENTES DE LECHE: 20  
DIENTES PERMANENTES: 32



Hay que prevenir la **C**aries

Refuerza el **E**smalte

Todas las **P**artes de diente

**I**mportante pasta fluorada

Hazlo **L**entamente

Elimina **L**as bacterias

**A**cuérdate, mínimo 2 veces al día

Limpia **T**odos tus dientes

**E**scupe restos de pasta

CONVERTIR EL  
CEPILLADO EN UN  
HÁBITO

“Por un futuro libre de caries”

