

Salud bucal en tiempos de Covid-19

CONSEJOS PARA CUIDARNOS EN CASA

CNP Comisión Nacional
de Prevención

✓ Durante esta cuarentena **nos quedamos en casa** y se producen cambios en nuestra rutina cotidiana

✓ Es muy importante que los **cuidados de nuestra boca y la de los niños** no se vean alterados para así evitar enfermarse



#YOMEQUEDOENCASA



Salud bucal en tiempos de Covid-19

CONSEJOS PARA CUIDARNOS EN CASA

CNP Comisión Nacional
de Prevención

Si durante el aislamiento,
se alteran:

- ✓ Frecuencia y calidad de la higiene bucal
- ✓ Hábitos alimentarios

La caries dental y
la gingivitis pueden
aparecer

#YOMEQUEDOENCASA



CORA

Salud bucal en tiempos de Covid-19

CONSEJOS PARA CUIDARNOS EN CASA

CNP Comisión Nacional
de Prevención

Pautas de higiene y cuidado personal

- ✓ Cepillado diario después de cada comida, mínimo tres por día
- ✓ Cepillos de dientes de la familia separados unos de otros
- ✓ Lavado de manos con agua y jabón con frecuencia

Recomendaciones en ortodoncia

- ✓ Bajo tratamiento de ortopedia, no dejar de usar aparatos



#YOMEQUEDOENCASA

CORA

Salud bucal en tiempos de Covid-19

CONSEJOS PARA CUIDARNOS EN CASA

CNP Comisión Nacional
de Prevención

Pautas de alimentación e hidratación

- ✓ Consumir verduras y frutas. No aumentar ingesta de azúcares
- ✓ Tomar agua, evitar bebidas azucaradas, gaseosas, mate con azúcar
- ✓ Cuidar la hidratación para mantener una buena cantidad de saliva



#YOMEQUEDOENCASA



Salud bucal en tiempos de Covid-19

CONSEJOS PARA CUIDARNOS EN CASA

CNP Comisión Nacional
de Prevención

✓ En esta situación **visitá al odontólogo** solo si tenés una urgencia.

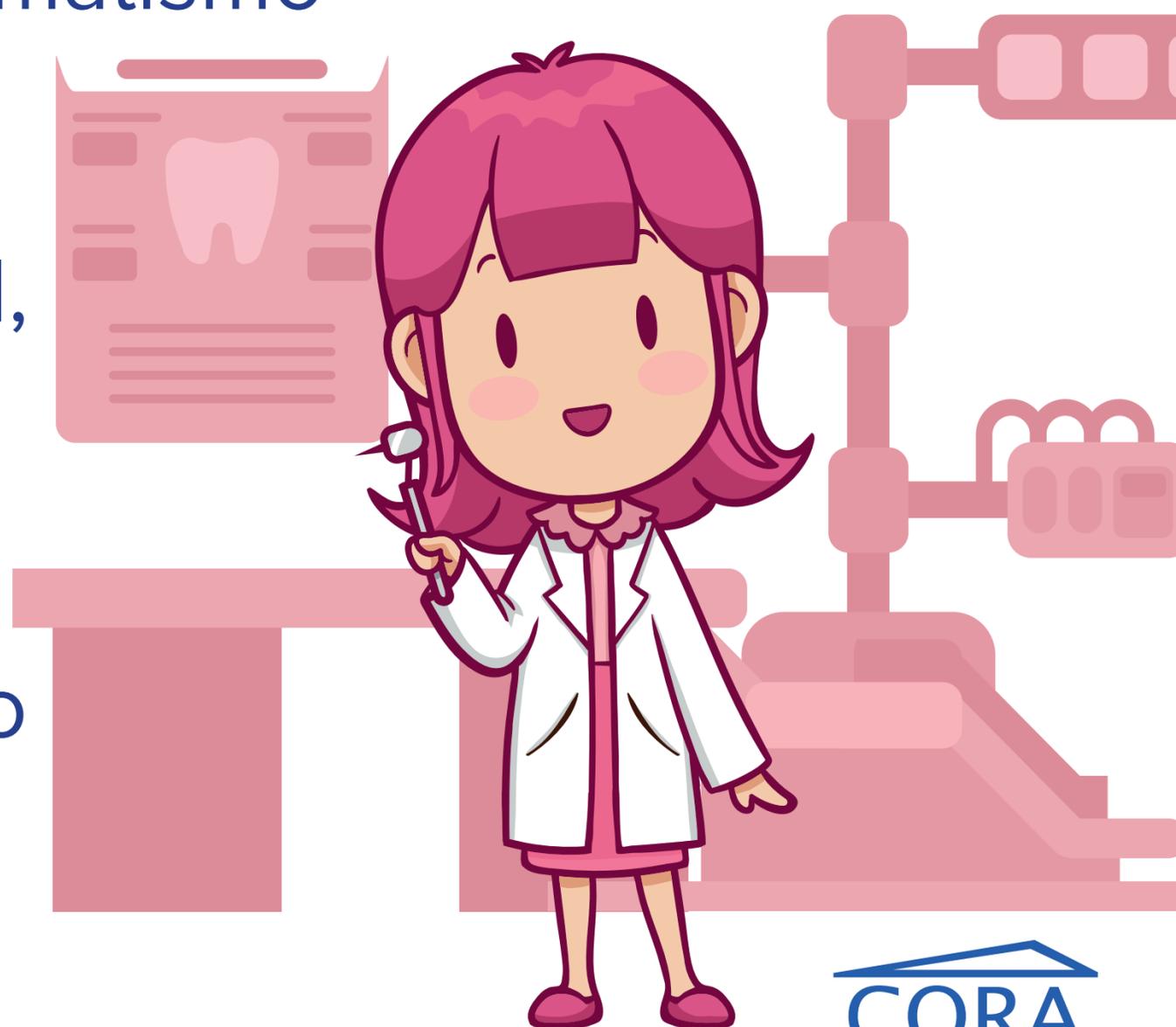
Por ejemplo: dolor, traumatismo o sangrado

✓ Antes de programar una consulta presencial, se recomienda

llamada telefónica al profesional

✓ Para control periódico espera que finalice el aislamiento

#YOMEQUEDOENCASA



CORA