

Nombre del docente: Cecilio Culebro Castellanos

Nombre del alumno: Marvin Andrés Cano Hernández

Materia: Salud Publica

Nombre del trabajo: mapas conceptuales

Grado y Grupo:1°A



SALUD BUCAL

ENFERMEDADES BUCALES Y
PREVENCIÓN



ENFERMEDADES E
INFECCIONES

Gingivitis.

Periodontitis.

Enfermedad de mano, pie y
boca.

Herpangina.

Candidiasis bucal

Aftas.

Herpes bucal.



Cepillarse los dientes por lo
menos dos veces al día con
pasta dental con flúor.

Usar hilo dental todos los días.

Usar a diario un enjuague bucal
con flúor.

Tener revisiones regulares,

TENER UNA ALIMENTACION
ADECUADA PARA LA SALUD
BUCAL



Los mejores alimentos para una
buena salud bucodental



1. La leche y todos sus derivados
2. Frutas y verduras
3. Agua
4. Chicles sin azúcar y con xilitol
5. Alimentos sin color
6. Alimentos con fibra

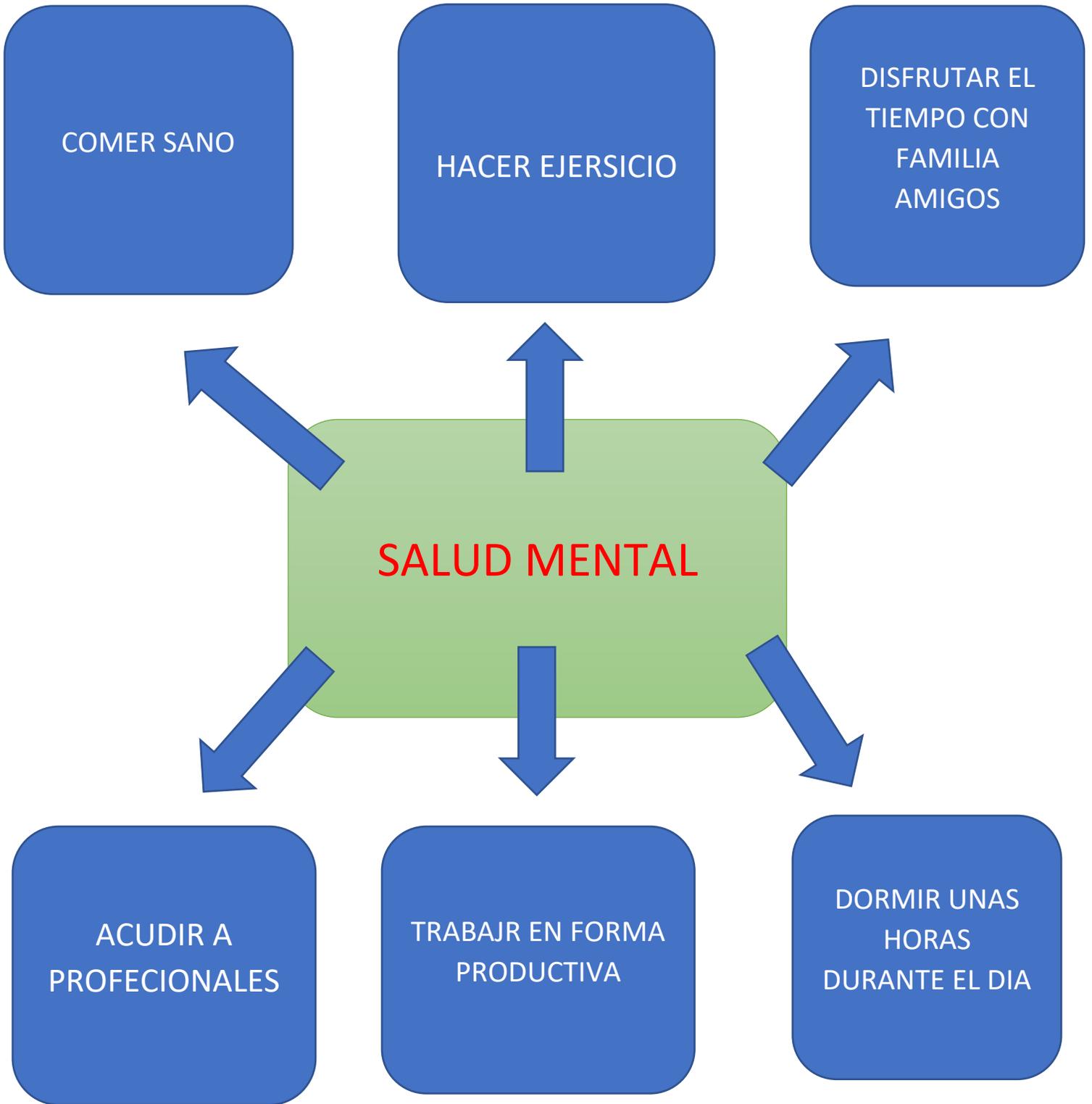
IMPORTANCIA DE LOS
ESPECIALISTAS



ASISTIR A ESPECIALISTAS
COMO LOS DENTISTAS O
ODONTÓLOGOS PARA UN
CHEQUEO Y LIMPIEZA
BUCAL.



Se recomienda, en una
situación normal, acudir
una vez al dentista cada seis
meses, una visita en concepto
de limpieza bucodental, y otra
en concepto de revisión.



ACCIDENTES EN EL HOGAR



Cada año, los accidentes en el hogar cobran un gran número de vidas además de muchas personas con discapacidad y lesiones de todo tipo. Después de los accidentes de tráfico, son la segunda causa de mortalidad principalmente en los menores de edad y en los adultos mayores.



Recuerde que los accidentes son evitables en más del 90% de los casos, olvidemos que son producto del azar y que si seguimos algunas recomendaciones y evitamos situaciones riesgosas podemos conservar la integridad de nuestras familias, entre los riesgos más importantes encontramos los siguientes:



Caídas.
Intoxicaciones, alergias e irritaciones.
Quemaduras.

Para prevenir las caídas:

Mantenga el suelo lo más libre posible de obstáculos.

Evite tener las superficies resbaladizas. Ténganse siempre limpias.

En el baño, utilice alfombras o pegatinas antideslizantes.

Revise que las escaleras de acceso a la vivienda tengan barandilla.

Prevención de intoxicaciones, alergias e irritaciones:

Las causa principales de Intoxicaciones, alergias e irritaciones suelen ser: Medicamentos, productos de limpieza, insecticidas y productos de jardinería, pinturas, disolventes y adhesivos, combustibles (y productos derivados de la combustión), productos de perfumería y cosmética, bebidas alcohólicas.

Cómo prevenir las quemaduras:

Colocar en lo posible protecciones alrededor de aquellos objetos que se encuentran calientes y que resultan accesibles necesariamente.

Seleccionar y utilizar objetos provistos de elementos de agarre aislante (mangos, asas, etc.), en buen estado.

Utilizar guantes o manoplas aislantes para mover objetos calientes o manipular dentro de un horno encendido.

(México)

Bibliografía

México, I. d. (s.f.). Prevención de Accidentes en el Hogar. *Instituto de Salud del Estado de México*, 1.
Obtenido de https://salud.edomex.gob.mx/ISEM/tp_prevenccion_accidentes_hogar