

Enfermedades	Dieta no permitida	Dieta preferible	Medidas recomendables
Caries dental	1 Lácteos 2 Frutas 3 Cereales	1 Carnes semigrasas 2 Cereales 3 lácteos bajos en grasa	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Cepíllate los dientes al menos 2 veces al día durante 2 minutos.</li> <li>2. No te olvides del hilo dental.</li> <li>3. Cambia tu cepillo de dientes cada tres meses.</li> </ol>
Gingivitis	1 papaya 2 legumbres 3 té verde	1 helado 2 pan 3 Bebidas isotónicas	<ol style="list-style-type: none"> <li>1 Darle a tu boca una rutina mejor</li> <li>2 realiza limpieza profunda</li> <li>3 dejarlo en manos de expertos</li> </ol>
Periodontitis	1 azúcares refinados 2 bebidas ácidas 3 lácteos	1 arándanos 2 fresa 3 té verde	<ol style="list-style-type: none"> <li>1 lavarte los dientes</li> <li>2 no consumir tabaco</li> <li>3 sigue la técnica correcta</li> </ol>
Candidiasis bucal	<ol style="list-style-type: none"> <li>1 Levadura</li> <li>2 queso lácteo</li> <li>3 café</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1 Ensaladas frescas</li> <li>2 verduras cocidas saludablemente</li> <li>3 Cereales sin gluten</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1 uso de hilo dental</li> <li>2 enjuagues bucales</li> <li>3 dieta sana y equilibrada</li> </ol>
Aftas	1 gelatinas 2 flanes 3 comidas blandas	1 tostadas 2 galletas 3 alimentos duros	<ol style="list-style-type: none"> <li>1 bajar nivel de estrés</li> <li>2 masticar cuidadosamente</li> <li>3 cuidar lo que comemos</li> </ol>
Herpes bucal	1 chocolate 2 cacao 3 mariscos	1 frutas 2 verduras 3 soja	1 mantén medicamentos antivirales a mano