

Consejos útiles

El cuidado bucal con el paso de los años:

- Visite a su dentista en forma periódica aunque tenga dentadura postiza.
- Beba agua fluorada y cepílese con pasta dental fluorada dos veces al día.
- No olvide utilizar el hilo dental todos los días.
- Limite la ingesta de alcohol y evite el consumo de tabaco para reducir el riesgo de tener problemas de salud bucal.
- Pídale a un miembro de la familia o cuidador que le ayude a mantenerse al día con su higiene bucal diaria.
- Consulte a su dentista si nota algún cambio o anomalía en su salud bucal como por ejemplo sequedad en la boca.



Visítenos en línea para obtener más información sobre la salud bucal y la salud en general.

1 Mayo Clinic. Oral health, A window to your overall health, <http://www.mayoclinic.com/health/dental/DE00001>, consultado en junio de 2013.

2 U.S. Department of Health and Human Services. Oral Health for Older Americans, http://www.cdc.gov/OralHealth/publications/factsheets/adult_oral_health/adult_older.htm, consultado en junio de 2013.

Delta Dental of Arkansas, Indiana, Kentucky, Michigan, New Mexico, North Carolina, Ohio, y Tennessee.

