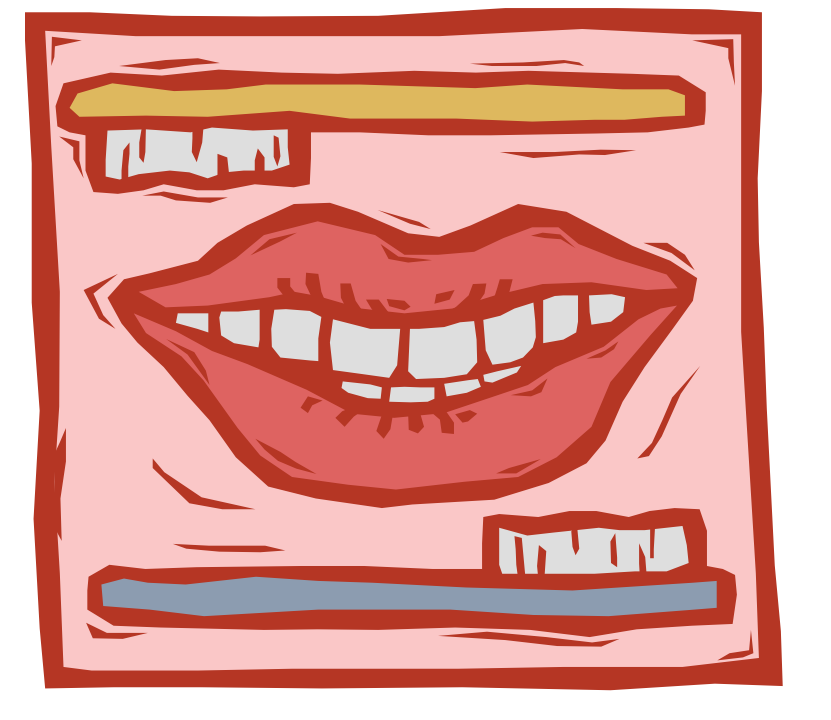




# BUENA SALUD BUCAL



## Sabia usted que...

**Cepillando sus dientes correctamente puede prevenir enfermedades de las encías y caries.**

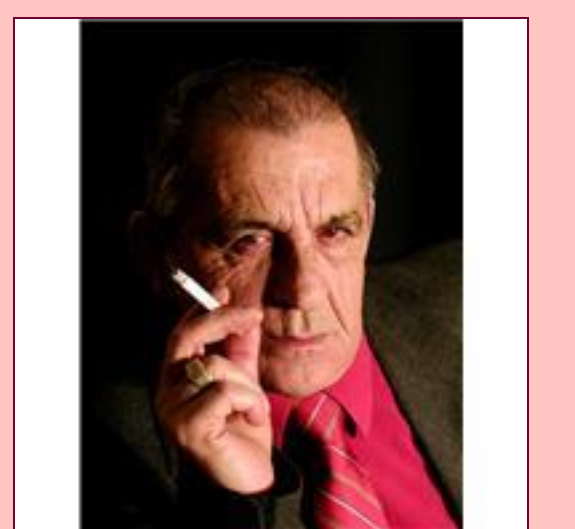


**Si usted tiene artritis, o problemas con sus manos, hay cosas que puede hacer más fácil para cuidar sus dientes y dentaduras.**

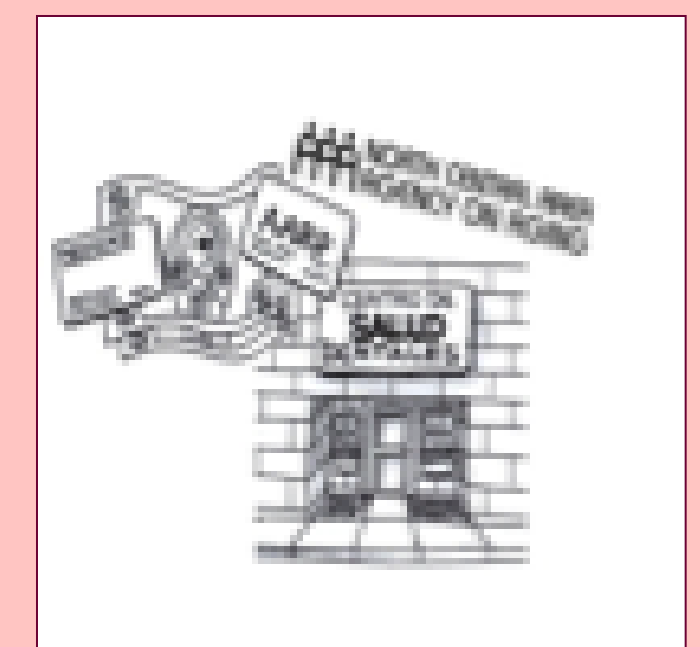
**Sus medicinas pueden afectar su salud bucal. Algunas medicinas pueden contribuir a boca seca y a tener llagas en su boca. Pregunte a su médico sobre como sus medicinas pueden afectar sus dientes, encías y boca.**



**Café, tabaco y algunas medicinas pueden manchar sus dientes y dentaduras. Cepillando sus dientes y limpiando sus dentaduras pueden eliminar las manchas y mantener su boca fresca.**



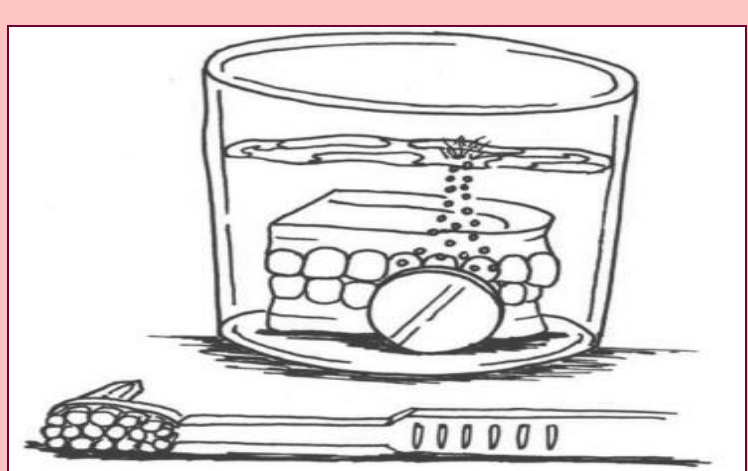
**Hay información disponible sobre como ayudar a pagar su cuidado dental. Algunos recursos son: Community Health Center, Depto. de Servicios Sociales local y estatal, las clínicas dentales del Centro de Salud de UCONN, centros para adultos mayores, el CT Dental Health Partnership y su doctor primario.**



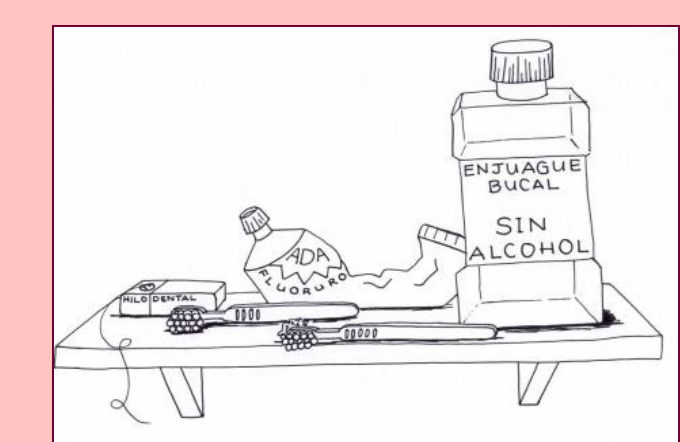
**Usted puede estar a riesgo para contraer cáncer bucal, especialmente si usa productos de tabaco y/o toma bebidas alcohólicas.**



**Si cuida sus dientes, encías y boca puede tener mejor salud en general.**



## BUENA SALUD BUCAL EMPIEZA EN CASA



**Trata de cepillar sus dientes bien por lo menos dos veces al día y limpiarlos con hilo dental por lo menos una vez al día.**

**Mantenga limpia sus dentaduras y parciales para tener buena salud – límpielos bien, sáquelos por la noche y deje respirar sus encías, cuando no los este usando póngalos en agua, y úselos regularmente. Si le duele cuando los usa o no se ajustan, debe ver al dentista.**