

## KIT DE PRIMEROS AUXILIOS DENTALES:



Algodón con gasas y aplicaciones

Hilo dental

Cera dental para controlar la irritación de los ganchos ortodónticos (braces)

Pañuelo o cinta para inmovilizar una mandíbula fracturada

Hielo o "Pads" de nevera para reducir inflamación

Envase con agua salina

Leche fría y gasas para guardar un diente permanente que se haya salido de la boca (avulsión) en lo que llega el dentista

## RECUERDA

Establece un plan de higiene oral en casa

Visita al dentista regularmente

Practica estilos de vida saludables



Programa de Salud Oral - Departamento de Salud

Secretaría Auxiliar para la Promoción de la Salud

Programa de Salud Oral

787-765-2929

Extensión 4118

<http://www.salud.pr.gov>



En colaboración con la Escuela de Medicina Dental del Recinto de Ciencias Médicas

Revisado Agosto 2014



GOBIERNO DE PUERTO RICO

Departamento de Salud

GUÍA PARA  
PREVENIR Y ATENDER  
LOS ACCIDENTES  
ORALES



# RECOMENDACIONES PARA PREVENIR ACCIDENTES

- Camina con cuidado cuando el piso esté mojado. Siempre debe caminar y nunca correr alrededor de las piscinas.
- Usa siempre el cinturón de seguridad al sentarte en un auto.
- El hielo y otros objetos duros pueden fracturar un diente. Chupar frutas ácidas como el limón, pueden también dañarlos.
- Cuando juegues pelota, no gires el bate si tienes una persona cerca.
- Cuando utilices las escaleras, siempre camina, nunca corras y agárrate del pasamano.
- Cuando tengas que agarrar un objeto que esté por encima de tu cabeza, pide ayuda. No te pares en una silla que tenga ruedas.

● Los objetos en la boca como lápices, monedas y otros pueden fracturar los dientes y causar atragantamiento.

● Come sentado, corta el alimento en pedazos pequeños, mastica bien, y nunca hables con la boca llena.



## ¿QUÉ HACER?

### Lengua cortada

Aplica presión directa al área y cubre el área con una gasa estéril. Si hay hinchazón puedes aplicar compresas frías. Si el sangrado no para y la mordida es severa, lleva al niño a emergencia.



### Diente roto

Trata de limpiar el área con agua. Coloca una compresa fría cerca del diente fracturado y visita un dentista. Colecta los fragmentos del diente y transpórtalos en un vaso de agua.

### Diente permanente desprendido

Coloca el diente en leche fría, agua salina (solución de lentes de contacto) o agua (nunca limpie el diente) en un recipiente o gasa mojada y lleve al niño al dentista inmediatamente. No toques la raíz del diente.



### Objetos entre dientes

Trata de remover el objeto con el hilo dental, si no lo puedes sacar visita al dentista. Nunca trates de quitar el objeto con un objeto punzante.



### Mandíbula fracturada

Si sospechas fractura, inmoviliza y lleva al hospital de inmediato.

### Dolor en un diente

Enjuaga la boca con agua tibia, cepílla el área y pasa el hilo para limpiar el área de comida, si hay inflamación coloca compresas frías y lleva al niño al dentista.



### Diente de leche desprendido

No regreses el diente a la boca. Contacta al dentista.

## PREVENCIÓN ES SALUD



- Visita al dentista regularmente.
- Integra una buena higiene oral en tu hogar.
- Utiliza protección mientras practicas deporte o actividad física.
- Prepara un "kit " de emergencias.
- En caso de accidente o dolor dental: mantén la calma y contacta a tu dentista de inmediato.