

¿Perdió un diente permanente?

El tiempo es vital.

Acuda al odontólogo de inmediato.

En ocasiones puede salvarse el diente, si se hace en un período de una hora.

Encuentre el diente.

Sosténgalo por la corona (parte superior). Enjuáguelo con cuidado. No lo limpie ni lo frote.

Ponga el diente en un vaso de leche o solución salina.

De no disponer de leche ni de solución salina, póngalo en una envoltura plástica, un vaso de agua o una toalla de papel.

Sesenta por ciento de las lesiones faciales ocurren durante la práctica de deportes.

Para obtener más información sobre la salud bucal, visite health.maryland.gov/oral-health.

Un protector bucal debería:

- No entorpecer la posibilidad de hablar o respirar
- No desgarrar
- Ser sencillo de limpiar
- Ser resistente y flexible
- Ser cómodo y ajustarse adecuadamente



MARYLAND
Department of Health

Declaración de no discriminación

El Departamento de Salud de Maryland (Maryland Department of Health, MDH) cumple con las leyes federales de derechos civiles aplicables, y no discrimina en función de raza, color, origen nacional, edad o discapacidad, en sus programas y actividades de salud.

English

Help is available in your language:
410-767-5300 (TTY: 1-800-735-2258)
These services are available for free.

Español/Spanish

Hay ayuda disponible en su idioma:
410-767-5300 (TTY: 1-800-735-2258).
Estos servicios están disponibles gratis.

Chinese

中文
用您的语言为您提供帮助: 410-767-5300
(TTY: 1-800-735-2258)。这些服务都是免费的。

Agosto de 2018

PROTECTORES BUCALES PARA NIÑOS
Ayude a proteger la boca de su hijo.



Un protector bucal es una pieza de plástico flexible que encaja alrededor de los dientes de arriba y que debe utilizarse cuando se practican deportes.

Al utilizar un protector bucal, su hijo podrá mantener sus dientes a salvo y disfrutar su participación en actividades deportivas.

Las lesiones en los dientes son el tipo más frecuente de lesiones faciales.

En los Estados Unidos se pierden cinco millones de dientes cada año, principalmente dientes frontales.

Es más costoso reparar un diente roto que comprar un protector bucal.

Sesenta por ciento de las lesiones faciales ocurren durante la práctica de deportes.

Puede prevenir la mayoría de estas lesiones si usa un protector bucal.

Tres tipos de protectores bucales:

1) Tamaño único: Son de bajo costo y vienen listos para el uso. Por desgracia, este tipo de protectores bucales no suelen encajar adecuadamente. Pueden ser abultados y dificultar tanto la respiración como el habla. Pueden comprarse en muchas tiendas de artículos deportivos.

2) Semiadaptables: Estos son los protectores bucales de uso más frecuente. Se ablandan en agua hirviendo, luego se insertan y se deja que se adapten a la forma de la boca. Pueden comprarse en muchas tiendas de artículos deportivos.

3) A la medida: Un odontólogo fabrica este tipo de protector bucal. Los protectores bucales a la medida son más costosos que otros, pero son los mejores para evitar lesiones.

Las actividades que exigen proteger la boca incluyen:

- Béisbol
- Baloncesto
- Ciclismo
- Boxeo
- Hockey sobre grama
- Fútbol americano
- Gimnasia
- Balonmano
- Hockey sobre hielo
- Lacrosse
- Artes marciales
- Raquetbol
- Patinaje
- Monopatinaje
- Fútbol
- Squash
- Voleibol
- Polo acuático
- Lucha