

## **ESTRATEGIA PROMOCIÓN DEL AUTOCUIDADO EN SALUD ORAL PARA LA COMUNIDAD ALPHA SALUD IPS**

### **1. OBJETIVO**

Promover prácticas de autocuidado en salud oral en la comunidad general, fortaleciendo hábitos saludables y previniendo enfermedades, con el fin de garantizar el derecho fundamental a la salud.

### **2. ALCANCE**

Dirigido a usuarios, familias y comunidad en general, incluyendo población infantil, adulta y adulto mayor.

### **3. ESTRATEGIAS DE PROMOCIÓN**

#### **1. Educación en salud oral**

- Charlas educativas en sala de espera
- Talleres comunitarios en colegios y barrios
- Jornadas de promoción y prevención

#### **Temas:**

- Técnica de cepillado adecuada
- Uso de seda dental
- Importancia del flúor
- Alimentación saludable
- Prevención de caries y enfermedad periodontal

## **2. Demostraciones prácticas**

- Enseñanza del cepillado correcto
- Uso adecuado de elementos de higiene oral
- Entrega de material educativo

## **3. Uso de medios de comunicación**

- Publicaciones en redes sociales
- Información en portal web
- Mensajes educativos por WhatsApp

## **4. Entrega de kits de higiene oral (según disponibilidad)**

- Cepillo dental
- Crema dental
- Seda dental

## **5. Enfoque diferencial**

Adaptación de la educación según:

- Edad (niños, adultos, adultos mayores)
- Condiciones especiales (discapacidad, gestantes)
- Contexto sociocultural

## **4. MENSAJES CLAVE A LA COMUNIDAD**

- Cepillarse mínimo 3 veces al día
- Usar seda dental diariamente
- Reducir el consumo de azúcares
- Asistir a controles odontológicos cada 6 meses
- No automedicarse

	<b>ACTA POLITICA DE PARTICIPACION</b>	<b>CÓDIGO: AS-AP-PSA-001</b>
		<b>VERSIÓN: 02</b>
		<b>FECHA: 14-03-2025</b>
		<b>PAGINA 3 DE 1</b>

## 5. RESPONSABLES

- Odontólogos
- Auxiliares de salud oral
- Área de promoción y mantenimiento de la salud

## 6. INDICADORES DE SEGUIMIENTO

- **Cobertura de educación en salud oral**  
(Número de personas capacitadas / Total población objetivo) x 100
- **Adherencia a prácticas de autocuidado**  
(Usuarios que aplican hábitos saludables / Total encuestados) x 100

## 7. EVIDENCIAS

- Listados de asistencia
- Registros fotográficos
- Encuestas aplicadas
- Material educativo entregado

## 8. RESULTADO ESPERADO

Disminución en la incidencia de caries y enfermedades periodontales, fortaleciendo la cultura del autocuidado y garantizando el acceso efectivo al derecho a la salud.

# EVIDENCIAS



*Promoción y prevención de las enfermedades orales en mujeres embarazadas y niños de la primera infancia*

LA PROMOCIÓN Y PREVENCIÓN DE LAS ENFERMEDADES ORALES EN MUJERES EMBARAZADAS Y NIÑOS DE LA PRIMERA INFANCIA ABARCA UN CONJUNTO DE ACCIONES EDUCATIVAS Y DE CUIDADO DIRIGIDAS A MANTENER UNA ADECUADA SALUD BUCAL DESDE ETAPAS TEMPRANAS DE LA VIDA. INCLUYE LA ADOPCIÓN DE HIGIENE ORAL COMO EL CEPILLADO CORRECTO CON CREMA DENTAL CON FLÚOR, EL USO DE SEDA DENTAL CUANDO SEA NECESARIO Y LA LIMPIEZA DE LAS ENCÍAS EN LOS BEBÉS.



*Cambios durante el embarazo*

DURANTE EL EMBARAZO PUEDEN PRESENTARSE:

- **GINGIVITIS DEL EMBARAZO:** INFLAMACIÓN Y SANGRADO DE ENCÍAS POR AUMENTO HORMONAL
- **GRANULOMA GRAVÍDICO (ÉPULIS):** CRECIMIENTO BENIGNO DE LA ENCÍA
- **CARIES DENTAL:** POR CAMBIOS EN LA DIETA Y DIFICULTAD EN LA HIGIENE
- **EROSIÓN DENTAL:** CAUSADA POR VÓMITOS FRECUENTES (ÁCIDO GÁSTRICO)



*Promoción*

LA PROMOCIÓN SE ENFOCA EN EDUCAR Y FOMENTAR HÁBITOS SALUDABLES:

- ENSEÑAR LA TÉCNICA CORRECTAMENTE DEL CEPILLADO (MÍNIMO 2 O 3 VECES AL DÍA)
- USO DIARIO DEL HILO DENTAL
- FOMENTAR UNA ALIMENTACIÓN EQUILIBRADA, BAJA EN AZÚCARES
- INFORMAR SOBRE LA IMPORTANCIA DE ASISTIR AL ODONTÓLOGO DURANTE EL EMBARAZO
- EDUCACIÓN SOBRE LA RELACIÓN ENTRE SALUD ORAL MATERNA Y SALUD DEL BEBÉ



Cuidando tu higiene oral