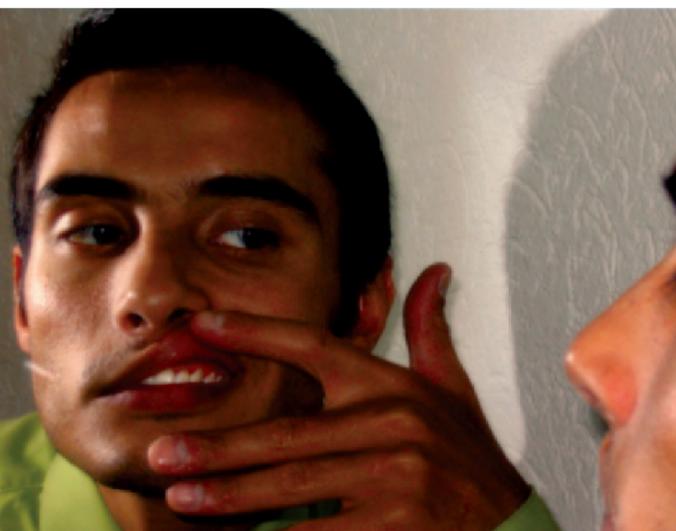


AUTOEXAMEN EN SIETE PASOS PARA REVISAR LOS TEJIDOS BUCALES EN LA DETECCIÓN TEMPRANA DE LESIONES

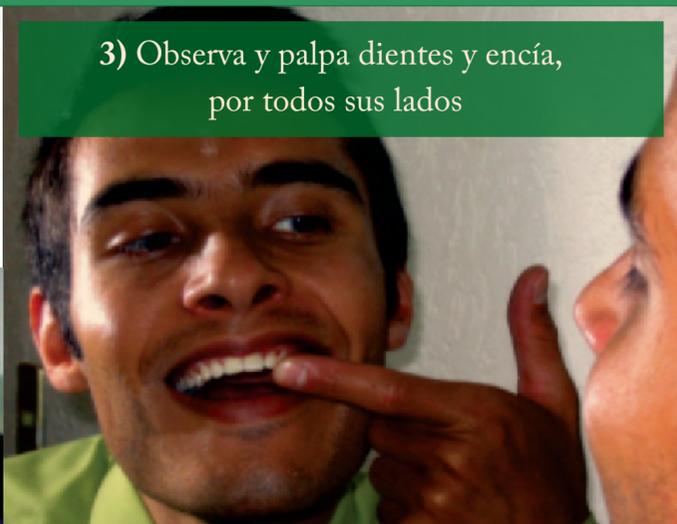
1) Lávate bien las manos y colócate frente a un espejo



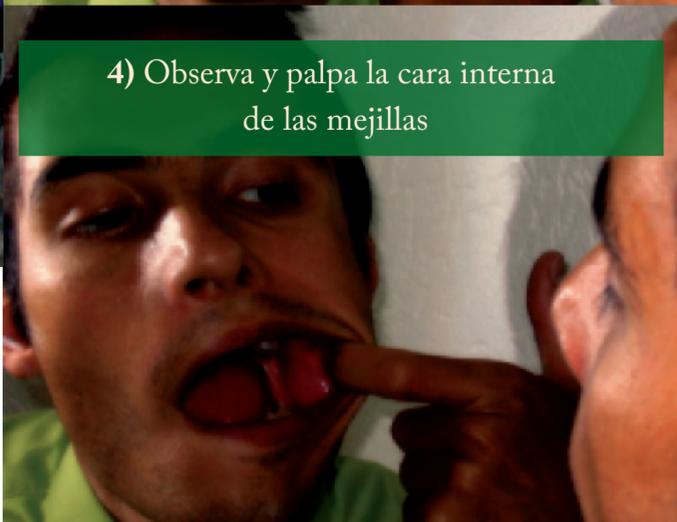
2) Observa y palpa ambos labios, por dentro y por fuera



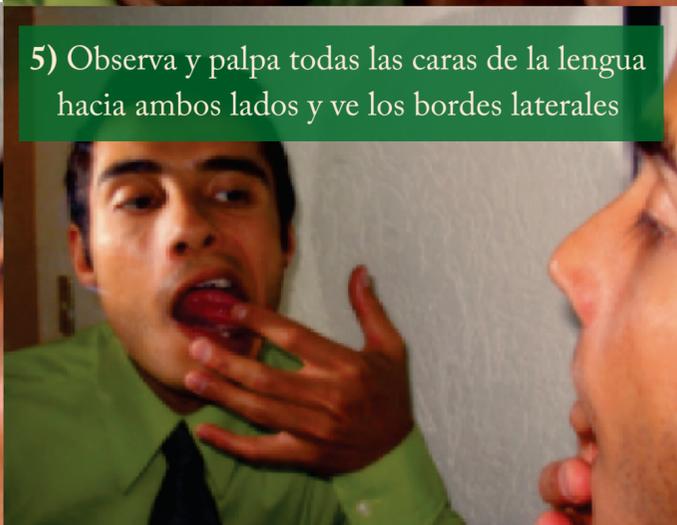
3) Observa y palpa dientes y encía, por todos sus lados



4) Observa y palpa la cara interna de las mejillas



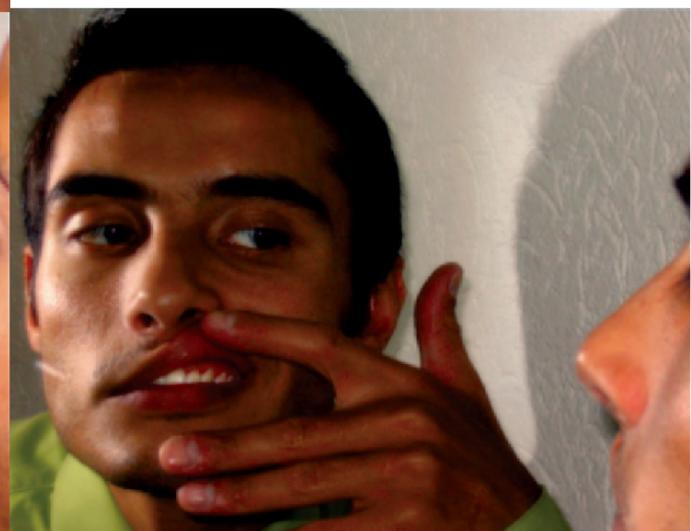
5) Observa y palpa todas las caras de la lengua hacia ambos lados y ve los bordes laterales



6) Observa y palpa el piso de la boca (abajo de la lengua)



7) Observa y palpa el paladar



Acude con el dentista si notas algunos de estos signos al realizar los siete pasos que se muestran:

- La encía roja, inflamada o sensible.
- Parte de la raíz de los dientes puede estar expuesta o sus dientes pueden aparentar estar más largos.
- La presencia de pus entre los dientes y la encía (cuando se hace presión sobre la encía).
- Manchas blancas o rojas en la encía.
- La presencia de una bolita o protuberancia.
- Cambios en el ajuste de las dentaduras parciales o prótesis.

La prevención es la clave para conservar su salud y la de su familia. Acuda a visitar al dentista cada seis meses aunque no tenga ninguna molestia.