

Acude con tu dentista si notas alguno de estos signos al realizar los siete pasos que se muestran en el interior de este folleto

[www.salud.gob.mx](http://www.salud.gob.mx)  
[bucal@salud.gob.mx](mailto:bucal@salud.gob.mx)

**GOBIERNO  
FEDERAL**



**SALUD**

- La encía roja, inflamada o sensible.
- Parte de la raíz de los dientes puede estar expuesta o los dientes pueden aparentar estar más largos.
- La presencia de pus entre los dientes y la encía (cuando se hace presión sobre la encía).
- Mal aliento o mal sabor de boca.
- Dientes permanentes que se pierden o se separan entre ellos.
- 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 tu salud y la de tu familia**

Acude a visitar al dentista cada seis meses aunque no tengas ninguna molestia.

#### Esquema básico de prevención en Salud Bucal

- Detección de placa bacteriana.
- Instrucción de técnica de cepillado.
- Instrucción del uso de hilo dental.
- Profilaxis (limpieza dental).
- Revisión de higiene de prótesis dentales.
- Pláticas sobre salud bucal.
- Revisión de tejidos bucales.



## Autoexamen en Salud Bucal

Siete pasos para realizar autoexamen en la detección de lesiones bucales



teléfonos: (55)26-14-64-51 y  
(55)26-14-64-42



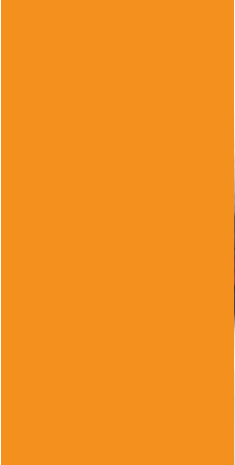
Vivir Mejor



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



4) Observa y palpa la cara interna de las mejillas



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

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



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

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

7) Observa y palpa el paladar