Informe de actividades Plan de Intervenciones Colectivas PIC	
Municipio	Sibaté, Cundinamarca
Lugar	Restaurantes
Fecha	09 Julio de julio de 2024
Tema	Brindar información a población en general acerca de: 1. Factores de riesgo, patologías bucales y trauma dental - bruxismo 2.Deberes y derechos en salud, acceso a servicios de salud bucal. NOTA: Se suministrará por parte de la Secretaría de Salud la guía técnica de apoyo para las sesiones informativas.
Entorno	Otros Sectores
Objetivo	Promocionar hábitos saludables a la población en general de higiene dental dentro del municipio
RESPONSABLE ACTIVIDAD (Nombres y Apellidos):	JHON MAURICIO CELY URREA
Número Documento de identidad del responsable de la actividad	79.869.819 de Bogotá
Soporte listado de asistencia A LAS INTERVENCIONES COLECTIVAS – formato Código: M-PDS-GSP-GPSP-FR-091.	

Desarrollo de la Actividad

1. **Descripción de la población asistente**
   La actividad se desarrolló en un entorno comunitario con la población en general del municipio
2. **Metodología de la actividad realizada**
   Se brindo información en laboral informal con la población en general de la higiene oral y se adaptó el macro modelo dental según las necesidades individuales de cada paciente y puede variar según el tipo de consulta dental preventiva; restaurativa ortodrómica. La

clave es proporcionar un cuidado integral y personalizado para mantener una buena salud oral a largo plazo.

2.1 Actividad lúdica de inicio

Se aplico el pretest y el post-test con la finalidad de detectar que tan bien están realizando sus hábitos de higiene oral, que tanto conoce del auto cuidado, de como yo cuido mi higiene bucal, las diferentes causas de factores de riesgos y que tanto conozco sobre mis derechos y mis deberes como usuario.

2.2 Explicación del tema

1. Factores de Riesgo, Patologías Bucales y Trauma Dental - Bruxismo

a. Factores de Riesgo:

- **Mala Higiene Bucal:** No cepillarse los dientes regularmente o no usar hilo dental puede llevar a la acumulación de placa y caries.
- **Dieta Alta en Azúcares:** Consumir alimentos y bebidas azucaradas aumenta el riesgo de caries dental.
- **Consumo de Tabaco y Alcohol:** Estos hábitos pueden causar enfermedades periodontales, cáncer oral y otras complicaciones de salud bucal.
- **Enfermedades Sistémicas:** Condiciones como la diabetes pueden aumentar el riesgo de problemas dentales.
- **Estrés:** Puede contribuir al bruxismo (rechinar los dientes), que puede dañar los dientes y causar otros problemas bucales.

b. Patologías Bucales:

- **Caries Dental:** Una de las enfermedades bucales más comunes, causada por la descomposición de los dientes debido a ácidos producidos por las bacterias en la placa.
- **Enfermedad Periodontal:** Inflamación y infección de las encías que pueden llevar a la pérdida de dientes si no se trata.
- **Cáncer Oral:** Puede afectar cualquier parte de la boca o garganta y es comúnmente relacionado con el consumo de tabaco y alcohol.
- **Gingivitis:** Una forma leve de enfermedad periodontal que causa enrojecimiento, hinchazón y sangrado de las encías.

c. Trauma Dental - Bruxismo:

- **Bruxismo:** El hábito de rechinar o apretar los dientes, a menudo durante el sueño. Puede causar:
    - Desgaste y fractura de los dientes.
    - Dolor y sensibilidad dental.
    - Dolor de mandíbula y trastornos temporomandibulares (TTM).

  - Dolor de cabeza y oído.
- **Prevención y Tratamiento del Bruxismo:**
  - Uso de férulas o protectores nocturnos.
  - Técnicas de manejo del estrés y relajación.
  - Terapia física y ejercicios mandibulares.

2. Deberes y Derechos en Salud, Acceso a Servicios de Salud Bucal

a. Derechos en Salud Bucal:

- **Acceso a Servicios:** Todas las personas tienen derecho a recibir servicios de salud bucal adecuados y oportunos.
- **Información y Educación:** Derecho a recibir información clara y comprensible sobre el estado de salud bucal y las opciones de tratamiento.
- **Consentimiento Informado:** Derecho a ser informado sobre los procedimientos y tratamientos antes de darlos su consentimiento.
- **Confidencialidad:** Derecho a la privacidad y a la confidencialidad de la información de salud.

b. Deberes en Salud Bucal:

- **Cuidado Personal:** Mantener una buena higiene bucal y seguir las recomendaciones del profesional de salud.
- **Asistencia Regular:** Asistir a las citas programadas y seguir los tratamientos indicados.
- **Comunicación:** Informar al dentista sobre cualquier cambio en la salud general y bucal.
- **Respeto y Cortesía:** Tratar a los profesionales de salud con respeto y cortesía.

c. Acceso a Servicios de Salud Bucal:

- **Programas de Salud Pública:** Participar en programas de prevención y educación sobre salud bucal ofrecidos por las instituciones de salud.
- **Clínicas y Consultorios Dentales:** Utilizar los servicios disponibles en clínicas y consultorios dentales, tanto públicos como privados.
- **Cobertura de Salud:** Conocer y utilizar la cobertura de salud dental disponible a través de seguros y programas gubernamentales.

Recomendaciones para la Población General

- **Adopción de Hábitos Saludables:** Mantener una buena higiene bucal, seguir una dieta balanceada y evitar el consumo de tabaco y alcohol.
- **Asistir a Revisiones Regulares:** Visitar al dentista al menos dos veces al año para chequeos y limpiezas profesionales.
- **Educación y Conciencia:** Participar en programas educativos y mantenerse informado sobre la importancia de la salud bucal y sus impactos en la salud general.

2.3 Material Lúdico



Se utiliza el macro modelo, folletos relacionados a la importancia técnicas del uso adecuado del cepillado de la utilización de la seda dental, el enjuague de los hábitos saludables.

3. Conclusiones y recomendaciones

Se recomienda asistir como mínimo 2 veces al año al odontólogo, cepillar los dientes 3 veces al día con un cepillo de cerdas blandas y un tiempo estimado de 5 a 6 minutos la adecuada utilización de la seda dental y utilizar un enjuague bucal que sea sin alcohol y cambiar el cepillo de dientes cada 3 meses.

Recomendaciones:

Todos tienen derecho a acceder a servicios de atención dental de calidad, independientemente de su situación económica o social

Gobernación de CUNDINAMARCA	PROMOCION DEL DESARROLLO DE SALUD GESTION DE LA SALUD PUBLICA	Código: M-PDS-GSP-FR-029
		Versión: 01
	Información de Actividades PIC	Fecha de Aprobación: 09 de abril 2024





Gobernación de CUNDINAMARCA	PROMOCION DEL DESARROLLO DE SALUD GESTION DE LA SALUD PUBLICA	Código: M-PDS-GSP-FR-029
		Versión: 01
	Información de Actividades PIC	Fecha de Aprobación: 09 de abril 2024

