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**

Informe de actividades Plan de Intervenciones Colectivas PIC	
Municipio	Sibaté, Cundinamarca
Lugar	Centro Vida Sensorial
Fecha	17 de julio de 2024
Tema	Brindar información a personas con discapacidad y sus cuidadores, en Centros de Vida Sensorial o lugares de acogida sobre: 1. Promoción de hábitos saludables de higiene bucal, cultura del autocuidado, dieta saludable, mal posición dental 2. Factores de riesgo, trauma dental, bruxismo. 3. Derechos y deberes en salud; acceso a servicios de salud bucal en el municipio. NOTA: Se suministrará por parte de la Secretaría de Salud la guía técnica de apoyo para las sesiones informativas.
Entorno	Institucional
Objetivo	Promocionar hábitos saludables de higiene en las personas con discapacidad y sus cuidadores en el 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 las personas con discapacidad y sus cuidadores, personas alrededor de los 25 y 40 años.
2. **Metodología de la actividad realizada**
   Se brindo información a las personas con discapacidad y sus cuidadores en el centro vida sensorial en el cuidado 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 pre-test 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. Promoción de Hábitos Saludables de Higiene Bucal

Hábitos de Higiene Bucal:

- **Cepillado dental**: Cepilla los dientes al menos dos veces al día con pasta dental con flúor. Para personas con dificultades motoras, pueden utilizarse cepillos eléctricos o adaptados para facilitar el cepillado.
- **Uso del hilo dental**: Utilizar hilo dental diariamente para eliminar la placa y los restos de comida entre los dientes. En caso de dificultad, se pueden usar cepillos interdentales o irrigadores bucales.
- **Enjuague bucal**: Usar un enjuague bucal con flúor para ayudar a prevenir las caries y mantener un aliento fresco.

Cultura del Autocuidado:

- **Independencia**: Fomentar la independencia en la higiene bucal según las capacidades individuales. Proporcionar asistencia solo cuando sea necesario y alentar la práctica regular de autocuidado.
- **Educación**: Educar a la persona sobre la importancia de la higiene bucal y cómo realizar las técnicas adecuadas de cepillado y uso del hilo dental.

Dieta Saludable:

- **Alimentación balanceada**: Mantén una dieta rica en frutas, verduras, proteínas y productos lácteos. Limita el consumo de alimentos y bebidas azucaradas.

- **Hidratación**: Asegúrate de que la persona esté bien hidratada, ya que la saliva ayuda a proteger los dientes contra las caries.

Mal Posición Dental:

- La mal posición dental puede dificultar la higiene bucal y aumentar el riesgo de caries y enfermedad periodontal. Consulta con un ortodoncista para evaluar si se necesita tratamiento ortodóntico.

2. Factores de Riesgo

Trauma Dental:

- **Prevención**: Utiliza protectores bucales durante actividades deportivas o recreativas para prevenir lesiones dentales.
- **Actuar rápidamente**: En caso de trauma dental, acude al dentista de inmediato para evaluar el daño y recibir el tratamiento adecuado.

Bruxismo:

- El bruxismo, o rechinar de dientes, puede causar desgaste dental y problemas en la mandíbula. Si se detecta este hábito, consulta a un dentista para posibles tratamientos, como el uso de una férula dental nocturna.

3. Derechos y Deberes en Salud Bucal

Derechos:

- **Acceso a servicios de salud bucal**: Las personas con discapacidad tienen derecho a recibir atención dental específica en la IPS (Institución Prestadora de Salud) asignada. Esto incluye revisiones periódicas, tratamientos preventivos y cualquier atención necesaria para mantener una buena salud oral.
- **Horarios de atención**: Consulta los horarios de atención en tu municipio para asegurar que la persona reciba las atenciones necesarias. La IPS debe proporcionar información clara sobre los horarios y la disponibilidad de servicios.

Deberes:

- **Práctica de hábitos higiénicos saludables**: Es tu deber, como cuidador, fomentar y supervisar la higiene oral de la persona a tu cargo. Esto incluye:
  - Cepillar los dientes de la persona dos veces al día, por la mañana y antes de dormir, utilizando una cantidad adecuada de pasta dental con flúor.
  - Usar hilo dental diariamente para eliminar la placa entre los dientes.
  - Evitar hábitos nocivos como el consumo de tabaco, alcohol y drogas.
- **Visitas regulares al dentista**: Lleva a la persona a revisiones dentales regulares para detectar y prevenir problemas dentales antes de que se conviertan en problemas mayores.

2.3 Descripción del material didáctico utilizado



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.

2.4 Descripción de las inquietudes manifestadas por los asistentes.

- ¿Cómo mantener una buena salud bucal?
- ¿Cuáles son las mejores prácticas de higiene bucal?
- ¿Cuál es la frecuencia y la importancia de las visitas regulares a los dentistas?

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

Logros:

Se han implementado programas específicos para mejorar la salud bucal en grupos vulnerables, como niños, personas de la tercera edad y comunidades desfavorecidas, con el objetivo de reducir las disparidades en el acceso a la atención dental.

Dificultades:

Pocos accesos a los servicios de higiene oral, las agendas de odontología, muy largas no hay acceso a radiografías bucales, tampoco acceso a especialistas. Falta de recursos económico de la población rural para asistir al centro de salud.

4. Registro fotográfico



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



