

CASOS EDO CORRESPONDIENTES AL MES DE JULIO DE 2012 (1)

COMUNIDADES	Brucelosis		Erit. mano, pie, boca		Eof. Menop. ósea		Fiebre Tifoidal		Gripe		Hepatitis A		Hepatitis B		Infección Conyuntival		Mononucleos. infect.		Parotiditis		Sífilis		Tuberculosis respiratoria		Varicela		VIH		Meninge. Virus				
	C. MES	A. AÑO	C. MES	A. AÑO	C. MES	A. AÑO	C. MES	A. AÑO	C. MES	A. AÑO	C. MES	A. AÑO	C. MES	A. AÑO	C. MES	A. AÑO	C. MES	A. AÑO	C. MES	A. AÑO	C. MES	A. AÑO	C. MES	A. AÑO	C. MES	A. AÑO	C. MES	A. AÑO					
GALICIA									19											1													
ASTURIAS									16											1	1												
CANTABRIA																																	
PAIS VASCO									8											1													
LA RIOJA									9																								
CASTILLA Y LEÓN									41						1	1	1																
NAVARRA									5																								
ARAGON									1																								
C. VALENCIANA																																	
CATALUNA									7																								
MADRID									20																								
CASTILLA LA MANCHA									10																								
EXTREMADURA																																	
MURCIA									9																								
ANDALUCIA									27																								
BALEARES									2																								
CANARIAS									32																								
CEUTA																																	
MELILLA									1																								
TOTAL	0	0	0	0	0	0	0	0	207	0	0	0	0	0	1	1	1	0	1	2	5	0	2	0	0	1	9	1	41	0	2	0	1

1. Solo se reflejan las enfermedades de las que se ha realizado al menos un caso

Edita



BOLETÍN EPIDEMIOLÓGICO DE LAS FUERZAS ARMADAS

INSTITUTO DE MEDICINA PREVENTIVA DE LA DEFENSA
"CAPITÁN MÉDICO RAMÓN Y CAJAL"
Glorieta del Ejército s/n 28047 Madrid
Teléfono: 914222428

VOL. 19 N° 226 agosto 2012

INDICE

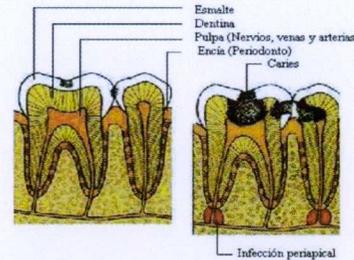
- Plan de prevención bucodental en la población militar. Págs. 1, 2 y 3.
- Casos declarados EDO julio 2012. Pág. 4.

PLAN DE PREVENCIÓN BUCODENTAL EN LAS FUERZAS ARMADAS

CARIES

La caries es la enfermedad más común de la boca. Destruye los tejidos del diente mediante los ácidos que genera la placa bacteriana, la cual, se alimenta del azúcar y los ácidos que contienen determinados alimentos y bebidas.

Produce dolor y sensibilidad pudiendo crear infecciones graves que pueden afectar seriamente la salud.



PLAN DE SALUD BUCODENTAL

El cuidado de la salud oral tiene gran importancia dentro de las Fuerzas Armadas, para poder llevar a cabo los diferentes ejercicios, maniobras y despliegues.

Un mal cuidado de la boca afecta tanto física como psicológicamente al soldado, en cuanto al dolor, malestar, limitaciones en la ali-

mentación, restricciones en la comunicación e insatisfacción estética se refiere, pudiendo influir en la moral y efectividad de las unidades.

GINGIVITIS

La gingivitis es una enfermedad bucal causada generalmente por bacterias que provocan inflamación y sangrado de las encías, causado por restos de alimentos que quedan atrapados entre los dientes por una mala higiene oral. Si no se trata a tiempo puede evolucionar a un estado crónico, apareciendo bolsas periodontales, sangrado espontáneo, pérdida de hueso y movilidad dentaria. Hay mayor posibilidad de perder piezas dentales.



HIGIENE Y CUIDADO ORAL

Cepílese los dientes después de cada comida durante dos minutos con un dentífrico que contenga flúor, para mantener el estado de limpieza de los dientes y la salud de la mucosa oral.

Use el hilo dental una vez al día, para mantener limpio el espacio que hay entre los dientes.

Cepillado Correcto



Incline el cepillo a un ángulo de 45° contra el borde de la encía y deslice el cepillo alejándose de ese mismo borde y hacia adelante.

Cepille suavemente el exterior e interior y la superficie de masticación de cada diente con movimientos cortos hacia atrás.

Cepille suavemente la lengua para eliminar las bacterias y refrescar el aliento.

Cómo Usar el Hilo Dental



Utilice unos 45 cm (18") de hilo dental, dejando 3 ó 5 cm (1 ó 2") para trabajar.

Siga suavemente las curvas de sus dientes.

Asegúrese de limpiar debajo de la encía, pero evite golpear el hilo contra la misma.

VISITAS PERIÓDICAS AL ODONTÓLOGO

Visite al odontólogo al menos una vez al año para hacer limpiezas de mantenimiento rutinario.

Las visitas periódicas son una buena oportunidad para anticiparse a cualquier problema, y observar si existe algún tipo de patología, para cuanto antes, poder resolverlo; así evitaremos cualquier tipo de dolor y problemas posteriores.

Las visitas periódicas mantendrán sus dientes limpios y en perfecto estado.

HÁBITOS SALUDABLES

La reducción en la ingesta de azúcares y una alimentación equilibrada previene de las enfermedades bucodentales.

Es importante evitar el consumo de comidas rápidas o condimentos y dulces que se adhieran a los dientes dificultando su higiene y provocando el crecimiento bacteriano.

El consumo de alcohol y tabaco aumenta el riesgo de padecer enfermedades orales y la pérdida de dientes.

Muchas veces, tras un esfuerzo o en situaciones de estrés, inconscientemente apretamos los dientes. Esto favorece el desgaste, produciendo diferentes síntomas entre los que destacan el dolor de origen dental, periodontal, muscular y articular.

TRAUMATISMO DENTAL

Los traumatismos dentales son lesiones que afectan a los dientes y/o de los tejidos que les rodean, causados por una acción violenta sobre la cavidad bucal por agentes externos.

Pueden ser resultado de traumatismos directos por golpe del diente sobre una superficie más o menos dura, o indirectos por cierre violento del arco dentario inferior contra el superior.

El traumatismo de los dientes es uno de los accidentes más dramáticos que le sucede a una persona.

Con un correcto diagnóstico y una adecuada actitud terapéutica se puede resolver los casos de traumatismo dental.

Los traumatismos odontológicos afectan tanto física como psicológicamente al soldado, pudiendo suponer una baja de no combate y mermar la capacidad operativa de la unidad.

CÓMO ACTUAR

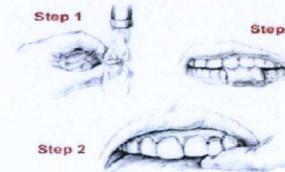
Trás un traumatismo, los dientes pueden salir de su alojamiento en la boca (avulsión dental).

El tiempo es un factor muy importante que influye en la supervivencia y viabilidad del diente a largo plazo.

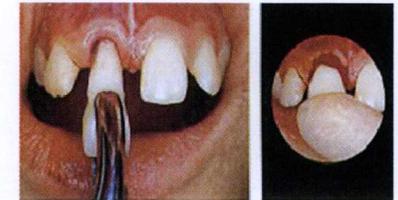
Ante una avulsión se deben tomar las siguientes medidas:

1º) Mantenga la calma y busque su diente recogiéndolo por la corona.

2º) Lave el diente con agua o suero fisiológico ¡Nunca con detergentes o jabón, tampoco debe cepillar o raspar raíz!



3º) Intente colocar de nuevo el diente en el sitio correcto en la boca, y acuda rápidamente al Odontólogo



4º) Si no fuera posible recolocar el diente, guárdelo en un vaso de leche, suero fisiológico o dentro de la boca junto a la mejilla

5º) Acuda en menos de una hora al dentista, en estos casos el tiempo es vital para la supervivencia del diente