



# Cómo mantener una buena salud bucal durante la pandemia de coronavirus del 2020

## y qué hacer en caso de una emergencia dental

Para mantener su salud y la de los demás durante el brote de coronavirus, es importante permanecer en casa y mantener una buena higiene. A menos que tenga una emergencia dental, no debe visitar un consultorio o clínica dental durante la pandemia de coronavirus.

### Haga lo siguiente para mantener una buena salud bucal:

- Cuide la boca. Cepílese los dientes dos veces al día con pasta dental con flúor, cepílese la lengua y use el hilo dental una vez al día. Además, cepille los dientes de sus hijos.
- Para los niños menores de 3 años, use una cantidad pequeña (del tamaño de un grano de arroz) de pasta dental con flúor para cepillarles los dientes. Para los niños de 3 a 6 años, use una cantidad de pasta dental con flúor del tamaño de un frijol.

### Se deben reprogramar las citas para los siguientes servicios de salud bucal:

- Exámenes o limpiezas bucales
- Ajustar o colocar los frenos
- Tratamiento de caries que no duelen
- Extracción de dientes que no duelen

### Ejemplos de emergencias dentales

- Dolor muy fuerte en un diente (no un dolor leve)
- Inflamación con dolor en las encías, la cara o el cuello
- Sangrado en la boca que no se detiene
- Lesión en la boca como un diente permanente que esté roto o flojo, o se haya salido con un golpe

### Si cree que tiene una emergencia dental

La mayoría de los consultorios y clínicas dentales solo ofrecen atención de emergencia. Algunos están cerrados temporalmente, pero tienen un dentista de guardia para tratar las emergencias.

**No vaya a la sala de emergencias.** Muchos hospitales están abrumados con pacientes con coronavirus en este momento, y es poco probable que reciba tratamiento porque se está dando prioridad a las personas con casos graves del virus.

Si no tiene una fuente regular de atención de salud bucal, puede encontrar un profesional de la salud bucal de la siguiente manera:

- Pida una derivación al personal del programa Head Start
- Contacte al departamento de salud local o estatal (<https://www.astdd.org/state-programs>)
- Busque en los siguientes sitios web:
  - American Academy of Pediatric Dentistry, Find a Pediatric Dentist (Busque un dentista pediátrico) (<https://www.aapd.org/publications/find-a-pd>)
  - American Dental Association, Cómo Elegir a un Buen Dentista (<https://www.mouthhealthy.org/es-MX/dental-care-concerns/how-to-choose-a-dentist>)
  - Administración de Recursos y Servicios de Salud, Find a Health Center (Busque un centro de salud) (<https://bphc.hrsa.gov/about/index.html>)
  - Insure Kids Now, Busque un dentista (<https://espanol.insurekidsnow.gov/coverage/find-a-dentist/index.html>)