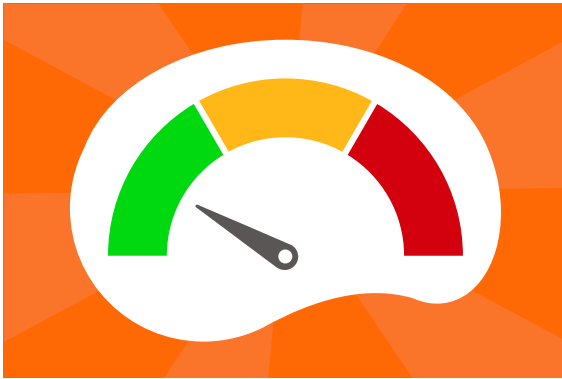


Aquí están sus resultados del Test de la Salud Gingival

ESTA HERRAMIENTA Y SUS RECOMENDACIONES ESTÁ DISEÑADA PARA ADQUIRIR BUENOS HÁBITOS DE CUIDADO ORAL NO REEMPLAZAN EL DIAGNÓSTICO Y EL TRATAMIENTO REALIZADO POR UN ODONTÓLOGO, CON QUIEN PUEDE COMPARTIR SU RESULTADO.



Sus respuestas indican que está en una zona de **CONDICIÓN VERDE** por lo que es posible que su encía se encuentre en buenas condiciones y en este momento no presente enfermedad. Sin embargo hay que estar muy atento a los signos clínicos de la enfermedad como el sangrado ya que con el paso de los años esta es la enfermedad más prevalente en la boca.

Más de un 95% de las personas tienen gingivitis y alrededor del 30% de las personas adultas pueden tener algún tipo de periodontitis. (aunque también se puede presentar en niños, adolescentes y adultos jóvenes).

Si en algún momento presentas sangrado de la encía, esta es una alerta de la presencia de una inflamación que es causado por la presencia de bacterias.

Nuestra recomendación es que cuando asistas al odontólogo le pidas que haga un examen con un instrumento que se llama sonda periodontal para estar seguro de que tus encías están saludables.

Si su condición de salud periodontal (o salud de la encía) es buena, existe una gama de productos con los que cuenta Colgate para la prevención de esta enfermedad periodontal.

Al mantener una encía sana está beneficiándose no sólo de una mejor salud oral sino también está previniendo el riesgo de enfermedades sistémicas como las cardiovasculares, la diabetes y otras que se ven afectadas cuando hay alguna inflamación en el cuerpo. Es importante conservar los buenos hábitos de salud oral y un estilo de vida saludable: hacer ejercicio, una dieta adecuada, controles odontológicos y médicos frecuentes. Implementando buenas medidas de higiene oral y con el seguimiento al menos dos veces al año por parte del odontólogo se pueden conservar los dientes por mucho tiempo beneficiando el bienestar, la salud oral y general.

Recomendaciones generales para mantener la salud de la encía y la salud en general

- Cepíllate entre 2 o 3 veces al día y aumenta el tiempo de cepillado (mínimo dos minutos).
- Utiliza un cepillo de dientes suave.
- Cambia el cepillo cada 3 meses.
- Usa una crema dental con fluoruro o, idealmente, una crema o gel dental que contenga también ingredientes antisépticos como el Zinc. **Colgate Total 12** contiene Fluoruro y una tecnología con doble Zinc + Arginina.
- Usa adecuadamente el hilo dental (seda dental) o cepillos interdetales al menos una vez al día. Pide ayuda a tu odontólogo para aprender a usar adecuadamente este elemento de higiene oral tan importante.
- Haz uso del enjuague bucal. El enjuague llega donde tu cepillo no puede, ayudando a protegerse entre cepillados.