

EL PROBLEMA DEL *MAL* ALIENTO

La halitosis, también conocida como mal aliento crónico, provoca feo olor en la boca de las personas. Es un problema muy frecuente, pero también prevenible y tratable.



EL
80%
DE LAS
CAUSAS RESIDE EN
LA BOCA

CAUSAS

1

**CARIES, ENFERMEDADES EN
ENCÍAS, DIENTES ROTOS Y
DENTADURAS SUCIAS, ETC.**

2

MALA HIGIENE BUCAL
(cepillado incorrecto o uso
inadecuado del hilo dental)

3

BOCA SECA

IMPORTANTE

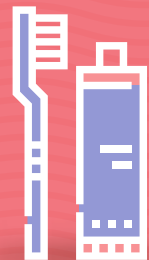
SI EL MAL ALIENTO PERSISTE PESE AL CORRECTO
CEPILLADO, USO DE HILO DENTAL Y ENJUAGUE
BUCAL, CONSULTAR CON UN ODONTÓLOGO.

RECOMENDACIONES



Beber mucha agua

Dejar de fumar



Cepillar correctamente dientes y lengua 3 veces diarias

Utilizar hilo dental



Usar enjuague bucal (preferentemente sin alcohol)

EVITAR

- 1 Alimentos que causan mal aliento y comidas muy condimentadas
- 2 Consumo de alcohol y café
- 3 Muchas horas de ayuno

TENER EN CUENTA

En caso de usar prótesis removibles, limpiarlas diariamente



Realizar tratamiento odontológico si la causa es de origen bucal

Visitar regularmente al odontólogo, por lo menos dos veces al año

