

Dental Hygiene: Best Practices & Community Resources

Higiene dental: Mejores prácticas y recursos comunitarios

November 7, 2022 / *7 de noviembre de 2022*
Presented by / *presentado por:*
Bibiana Alcalá & Laura Lomelí



Statistics

- Poor oral health is abundant in California; we are ranked 47th in the nation for childhood dental care
- In the Sacramento area, 65% of children live in poverty, which includes lack of access to dental care and/or insurance
- Lack of access has left 55% of the area's children with untreated tooth decay
- 51 million school hours are lost every year due to dental related illness and studies show that dental decay can result in a failure to thrive, impaired speech development, absence from and the inability to concentrate in school, and reduced self-esteem



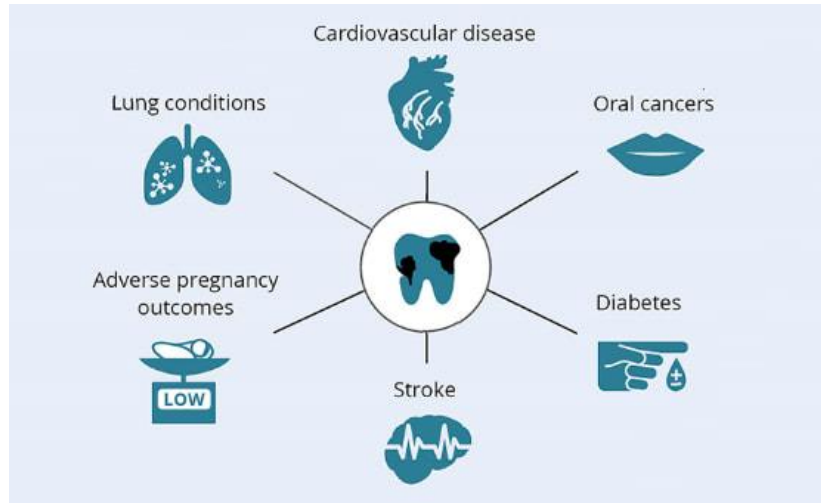
Estadísticas

- La mala salud oral es abundante en California; ocupamos el puesto 47 en la nación en atención dental infantil
- En el área de Sacramento, el 65% de los niños viven en la pobreza, lo que incluye la falta de acceso a atención dental y/o seguro
- La falta de acceso ha dejado al 55% de los niños del área con caries sin tratar
- Cada año se pierden 51 millones de horas escolares debido a enfermedades dentales y los estudios muestran que la caries dental puede resultar en un retraso en el crecimiento, problemas en el desarrollo del habla, ausencia e incapacidad para concentrarse en la escuela y reducción de la autoestima.



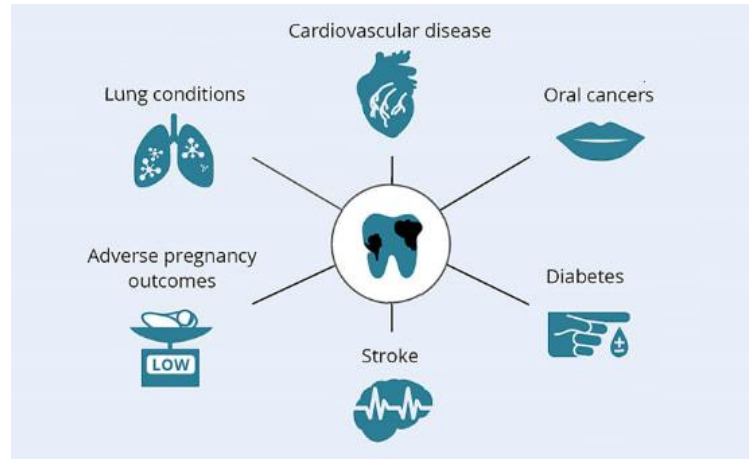
Why is oral health important?

- ❑ Oral health is connected to your general health
- ❑ Poor oral health can impact quality of life and can lead to serious health issues such as cardiovascular disease, cancer, diabetes, just to name a few



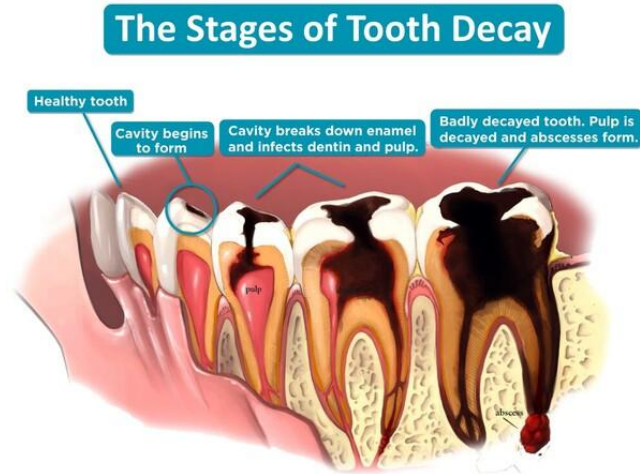
¿Por qué es importante la salud bucal?

- ❑ La salud bucal está conectada con su salud general
- ❑ La mala salud oral puede afectar la calidad de vida y puede provocar problemas de salud graves, como enfermedades cardiovasculares, cáncer, diabetes, solo por nombrar algunos.



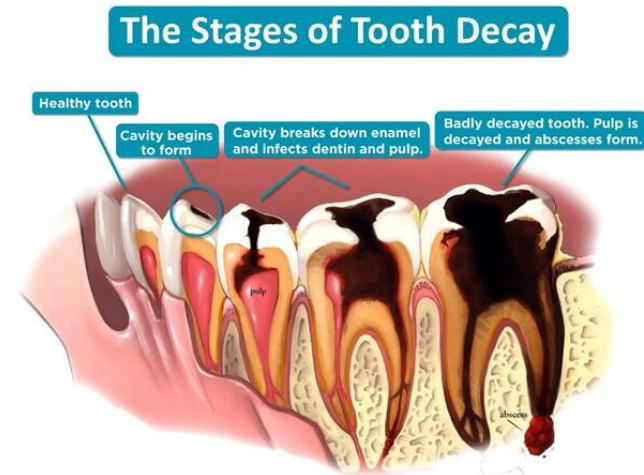
Tooth Decay

- Cavities (tooth decay) is the most common chronic disease of childhood
- Occurs when bacteria make acids that attack and cause damage to the tooth's surface, or enamel
- Continuous acid attacks can cause the enamel of the tooth to break down
- Good news - it can be prevented!



Caries

- La caries es la enfermedad crónica más común de la infancia
- Ocurre cuando las bacterias producen ácidos que atacan y dañan la superficie del diente o el esmalte.
- Los continuos ataques de ácido pueden hacer que el esmalte del diente se rompa.
- Buenas noticias: ¡se puede prevenir!



Plaque

What is it?

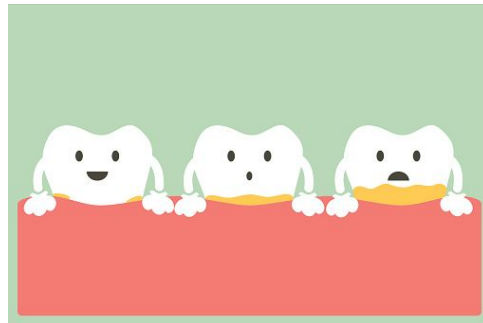
- A sticky film of bacteria that forms daily around the teeth
- The bacteria in plaque creates acids after we eat or drink.
- If plaque is not removed with daily brushing and cleaning, it can result in cavities and gingivitis (gum disease)



Placa

Que es?

- Una cinta pegajosa de bacterias que se forma diariamente alrededor de los dientes.
- Las bacterias en la placa crean ácidos después de que comemos o bebemos
- Si la placa no se elimina con el cepillado y la limpieza diarios, puede provocar caries y gingivitis (enfermedad de las encías)



What can happen if cavities are left untreated?

Untreated cavities **can cause pain and infections that may lead to problems with eating, speaking, playing, and learning.** Untreated cavities can lead to abscess (a severe infection) under the gums which can spread to other parts of the body and have serious, and in rare cases fatal, results.



Source: CDC

¿Qué puede pasar si las caries no se tratan?

Las caries no tratadas **pueden causar dolor e infecciones que pueden causar problemas para comer, hablar, jugar y aprender.** Las caries no tratadas pueden provocar un absceso (una infección grave) debajo de las encías que puede extenderse a otras partes del cuerpo y tener resultados graves y, en casos raros, fatales.



Oral Disease

Aside from cavities (tooth decay), other common oral diseases are:

- Gingivitis: inflamed gums, red, swollen and bleeding caused by plaque or hormonal changes
- Periodontitis: Chronic gum disease that damages the soft tissue and may lead to the destruction of the bones that support the teeth
- Oral cancer: early signs can include a sore, color change of oral tissue, pain or lump. Can occur with no risk factors. However, it is often associated with tobacco use.



Enfermedad bucal

Aparte de las caries, otras enfermedades orales comunes son:

- Gingivitis: encías inflamadas, rojas, hinchadas y sangrantes provocadas por placa o cambios hormonales
- Periodontitis: enfermedad crónica de las encías que daña los tejidos blandos y puede provocar la destrucción de los huesos que sostienen los dientes.
- Cáncer oral: los primeros señales pueden incluir dolor, cambio de color del tejido oral, dolor o bota. Puede ocurrir sin factores de riesgo. Sin embargo, a menudo se asocia con el consumo de tabaco.



How to prevent dental decay / oral disease

- Brush at least 2x a day (preferably morning & night)
- Floss at least 1x a day (before bed or after meals)
- Choose fluoride: toothpaste, mouthwash, and systemic fluoride in tap water strengthens teeth
- Eat healthy meals: Limit sugary foods and drinks
- Maintain regular check-ups: See a dentist 2x a year. Don't delay necessary treatment!



Cómo prevenir la caries dental/enfermedad bucal

- Cepíllate al menos 2 veces al día (preferiblemente por la mañana y por la noche)
- Usar hilo dental al menos 1 vez al día (antes de acostarse o después de las comidas)
- Elija flúor: la pasta de dientes, el enjuague bucal y el flúor sistémico en el agua de la llave fortalecen los dientes
- Coma comidas saludables: limite los alimentos y bebidas azucarados
- Realice chequeos regulares: consulte a un dentista 2 veces al año. ¡No demore el tratamiento necesario!



Community Resources: SMILES FOR KIDS

- LAS partnership with Smiles for Kids
- SFK provides dental services to our area's lower socioeconomic youth
- Children are screened at area schools, including LAS
 - LAS screenings will take place on November 14th (opt-out forms will go out this week)
 - Screening is performed by a licensed dentist
- All students will receive a dental kit
- Students identified as needing care will receive follow up by our dental liaison and provide support to ensure they receive treatment they need
- Eligible children will be referred to **SFK Day (February 4th, 2023)** to receive the dental treatment and care they need at no cost



Smiles for Kids



Recursos comunitarios: *SMILES FOR KIDS*

- LAS se asoció con Smiles for Kids
- SFK brinda servicios dentales a los jóvenes de nivel socioeconómico más bajo de nuestra área
- Los niños son evaluados en las escuelas del área, incluido LAS
 - Las pruebas de LAS se llevarán a cabo el 14 de noviembre (los formularios de exclusión se enviarán esta semana)
 - La evaluación es realizada por un dentista con licencia
- Todos los estudiantes recibirán un kit dental.
- Los estudiantes identificados que necesitan atención recibirán un seguimiento por parte de nuestro enlace dental y brindarán apoyo para garantizar que reciban el tratamiento que necesitan.
- Los niños elegibles serán referidos al Día SFK (4 de febrero de 2023) para recibir el tratamiento dental y la atención que necesitan sin costo alguno.



Smiles for Kids



Free Care for adults / Cuidado gratuito para adultos

- The Willow Clinic
 - 1200 N B Street, Sacramento, CA 95814
 - Every Saturday from 9am-2pm / *Cada sábado de 9am-2pm*
 - First come, first served / *Por orden de llegada*
 - 916.572.4502
- Shifa Community Clinic
 - 419 V Street, Sacramento, CA 95818
 - Every Sunday 10am-2pm / *Cada domingo de 10am-2pm*
 - By appointment only info@shifacommunityclinic.org or 916.441.6008 / *Por cita solamente info@shifacommunityclinic.org o 916.441.6008*



Key Takeaways

- Socioeconomic factors and lack of access play a role in not obtaining proper dental care
- Oral health is connected to our general and without proper care, it can affect one's quality of life
- Tooth decay can be prevented
- Good oral hygiene and healthy lifestyle habits are key
- Community resources are available for all, no matter your status



En resumen

- Los factores socioeconómicos y la falta de acceso juegan un papel en no obtener la atención dental adecuada
- La salud bucal está conectada con nuestra salud general y sin el cuidado adecuado, puede afectar la calidad de vida de las personas.
- La caries dental se puede prevenir
- Una buena higiene bucal y unos hábitos de vida saludables son clave
- Los recursos de la comunidad están disponibles para todos, sin importar su estado



QUESTIONS / PREGUNTAS



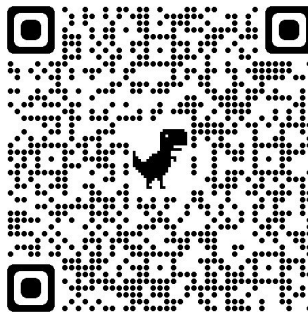
Thank you for your time! / ¡Gracias por su tiempo!

Bibiana Alcalá balcala@lasac.info

Laura Lomelí llomeli@lasac.info

916.277.7137

SCAN ME 



We want your
feedback

