BELMONTE
CENTRO AVANZADO DE ODONTOLOGÍA

EDICIÓN GRATUITA

Reforzamos nuestros protocolos para frenar el Covid- 19

Medidas de prevención del Coronavirus para pacientes

Consejos de salud para mayores de 60 años

¿Sabías qué...

Albacete desde mi ventana

Juntos Somos Más Fuertes

BELMONTE CARE

BELMONTE BECA SOLIDARIA

967 222 630 - www.**belmonte**clinica**dental**.com

TU SALUD ES NUESTRA PRIORIDAD: **REFORZAMOS NUESTROS PROTOCOLOS PARA FRENAR LA COVID-19**

Como profesionales sanitarios, en Centro Avanzado de Odontología Belmonte llevamos **más de 30 años dedicados al cuidado de la salud bucodental** de nuestros vecinos. A lo largo de todo este tiempo en el que llevamos ejerciendo nuestra profesión, estamos acostumbrados a mantener unas **estrictas medidas de prevención, higiene y esterilización**, garantizando, de esta manera, la seguridad de nuestros pacientes y nuestro equipo.

En este sentido, en nuestra clínica dental siempre hemos tenido en cuenta la **esterilización** y la **asepsia** del instrumental odontológico y de los espacios en los que realizamos nuestra labor. Gracias a la esterilización, precisamente, conseguimos eliminar los microorganismos presentes y evitamos el riesgo de infecciones cruzadas entre los pacientes y los profesionales.

Actualmente, mantenemos las medidas sanitarias que hemos seguido desde hace 33 años e **incorporamos las medidas complementarias de prevención para el Covid- 19** para así asegurar tanto a nuestros pacientes como a todo nuestro personal.

Con el **Dr. Nicolás Belmonte** a la cabeza, nuestro equipo se encuentra formado y completamente capacitado para aplicar estas nuevas medidas. En todo caso, para garantizar la seguridad de todos, **seguimos las recomendaciones de las autoridades sanitarias**, como las del Consejo General de Colegios de Dentistas de España y las del Ministerio de Sanidad.

PROTOCOLO DE MEDIDAS DE PREVENCIÓN

- Todos los profesionales de nuestro centro utilizan **equipos de protección individual (EPI's).** Es decir, mascarillas, guantes, gorros, protección ocular, pantallas, batas, etc. Así, evitamos que se produzca un posible contagio bidireccional.

- Seguimos un **protocolo adecuado de higiene de las manos** con agua y jabón y geles hidroalcohólicos.

- Trabajamos bajo **cita previa**, de manera que podamos organizar la agenda y no se produzca la aglomeración de pacientes en la sala de espera.

- Al pedir una cita por vía telefónica, realizamos un **cuestionario previo** para detectar casos sospechosos de COVID-19. Asimismo, ofrecemos indicaciones sobre tu visita, en cuanto a puntualidad, vestimenta o acompañantes.

- Implementamos un **protocolo de recepción de los pacientes**. A tu llegada a la clínica, te daremos instrucciones al respecto.

- Hemos instalado **mamparas de protección en la recepción** para garantizar el distanciamiento social recomendado por las autoridades.

- **Nuestras instalaciones han sido desinfectadas** por una empresa especializada.

- Antes y después de la visita de cada paciente, llevamos a cabo la **desinfección a fondo del gabinete.**

- Empleamos **sistemas de aspiración reforzada** para absorber los aerosoles que se producen durante los tratamientos.

- **Limpiamos todas las superficies y los objetos de la clínica**, como pomos y puertas, varias veces al día.

- **Mantenemos la distancia** de seguridad recomendada.

Para nosotros, es fundamental que nuestros pacientes se sientan seguros cada vez que nos visitan. Por ello, trabajamos para implementar todas las medidas que puedan garantizar un entorno protegido.

GRACIAS, Y MIL VECES GRACIAS

A todos los **sanitarios**, que, desde hace meses, se dejan la piel diariamente en los hospitales, los centros de salud y las **residencias de nuestros mayores**. A todos los **trabajadores** que, a pesar de las circunstancias, se han expuesto y han seguido llevando a cabo su labor, incansablemente, por el bien de todos. A nuestros **pacientes**, que, gracias a su comprensión y a permanecer en sus casas durante tantas semanas, han colaborado en aplanar la curva de contagios de la COVID-19. Gracias, y mil veces gracias. A todos y cada uno de vosotros. **Todo lo que consigamos será gracias al trabajo en equipo.**

Ante esta situación tan complicada que hemos vivido, y que seguimos viviendo, la colaboración y el compromiso de todos son esenciales para salir adelante. Estamos seguros de que, gracias a la dedicación, el coraje, el esfuerzo, el cariño y, sobre todo, el alma y el corazón con el que luchamos, juntos, **conseguiremos seguir adelante con mucha más fuerza.**
¡Gracias!

PROTOCOLO DE MEDIDAS AL VOLVER A CASA
PARA HACER FRENTE AL COVID-19

Al regresar a casa,
trata de no tocar nada

Quítate los zapatos
y déjalos en la entrada

Deja el resto de tus objetos
personales en una caja

Quítate la ropa
y métela en la lavadora
(si es posible, a más de 60°C)

Lava tus manos con agua
y jabón (mín. 40 seg.) y dúchate

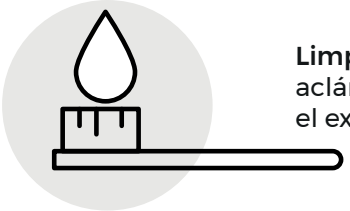
Limpia y desinfecta
correctamente tus gafa
y el móvil

Limpia y desinfecta
las superficies de tus objetos
personales

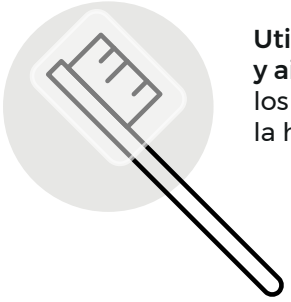
"JUNTOS, SOMOS MÁS FUERTES" Medidas aplicadas según las autoridades sanitarias

MEDIDAS DE PROTECCIÓN RELACIONADAS CON EL CEPILLADO

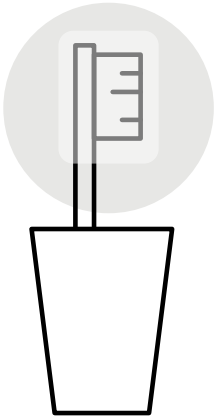
Consejos después del cepillado dental



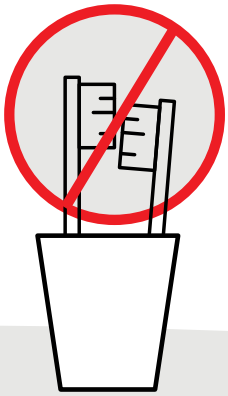
Limpia bien tu cepillo, acláralo bien y elimina el exceso de agua



Utiliza cepillos con capuchón y aireación para proteger los filamentos y minimizar la humedad



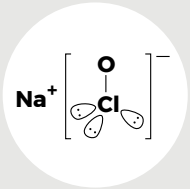
Guarda tu cepillo en posición vertical para facilitar el secado



Evita el contacto entre cepillos para disminuir a contaminación cruzada

MEDIDAS COMPLEMENTARIAS ANTE EL COVID-19

Realiza un enjuague preliminar para reducir la posible carga viral



Sumerge tu cepillo dental en un vaso con una solución de hipoclorito de sodio (1 parte de lejía x 100 de agua) durante 30 minutos

Una vez pasado este tiempo, aclara bien con agua y déjalo secar

Después de un proceso infeccioso, cambia tu cepillo o cabezal para evitar un posible contagio o recaída

Consejos de salud para mayores de 60 años

Con el paso de los años, las personas se vuelven más propensas a sufrir alguna patología, y **la salud bucodental** también **se ve afectada**. Hay una falsa creencia de que es inevitable perder los dientes, y que, llegados a cierta edad, no queda más remedio que optar por las prótesis dentales.

Sin embargo, con **un correcto cuidado y una buena rutina de higiene oral**, los dientes naturales pueden mantenerse durante toda la vida.

¿POR QUÉ HAY MÁS PROBABILIDADES DE PADECER AFECCIONES ORALES CONFORME ENVEJECEMOS?

La salud bucodental influye exponencialmente en la salud general, y viceversa. Por ello tener una cavidad oral cuidada y en buenas condiciones influirá muchísimo en la vitalidad de una persona.

A medida que vamos envejeciendo, los nervios de las piezas dentales se van haciendo más pequeños. Además, debido al **consumo de medicamentos** es probable que se desarrolle **sequedad bucal**, y esto aumenta las probabilidades de desarrollar **caries**, e incluso, **enfermedades periodontales**.

¿CÓMO PODEMOS PREVENIR ESTOS PROBLEMAS? ALGUNOS CONSEJOS PARA MANTENER UNA DENTICIÓN SALUDABLE

Para una buena salud oral, mantener una **correcta higiene bucodental** es esencial:

- **Cepíllate los dientes dos veces al día** con un cepillo de cerdas suaves o con un cepillo eléctrico.
- Utiliza la **seda dental** o **cepillos interdentales.**
- En el caso de que lleves **prótesis dentales**, debes **limpiarla a diario** con productos específicos para ello. Y si es removible recuerda extraerla durante la noche.
- Si padeces **sequedad bucal**, utiliza dentífricos y **colutorios específicos** para ello.

Así mismo, hay otros factores que perjudican tu dentición:

- **Elimina** de tu vida malos hábitos como el tabaco o el exceso de consumo de alcohol, que pueden suponerte graves problemas tanto para tu dientes y encías como para tu salud.
- **Mantente hidratado**; bebe mucha agua y preferiblemente, consume agua **corriente**, dado que, por lo general, contiene flúor. Una buena hidratación disminuirá los problemas derivados de la sequedad oral.

Por último y no por ello menos importante, **visite al dentista con regularidad**. Es recomendable pedir una cita cada seis meses, o como mínimo, una vez al año. ¿Sabías que en las revisiones rutinarias es donde más afecciones bucodentales se detectan?

Unos buenos hábitos de higiene y salud bucodental, una correcta dieta y un estilo de vida saludable, te ayudarán a **lucir una sonrisa sana y duradera**.

¿Sabías que...

CURIOSIDADES SOBRE TUS DIENTES Y ENCÍAS. CONOCE NUESTRA INICIATIVA "ALBACETE DESDE MI VENTANA"

¿SABÍAS QUE UNA BUENA RUTINA DE HIGIENE BUCODENTAL AYUDA A EVITAR LAS POSIBLES COMPLICACIONES DE LA COVID-19?

Una correcta y completa rutina de higiene oral evita que la carga viral de tu boca y de tus utensilios de higiene bucal sea muy alta.

¿SABÍAS QUE LAS ALERGIAS PRIMAVERALES PUEDEN CAUSAR SEQUEDAD BUCAL Y/O DOLORES DENTALES?

La congestión fuerza la respiración bucal, permitiendo el paso de bacterias y provocando sequedad en nuestra cavidad oral.

¿SABÍAS QUE LOS CAMBIOS EN LOS NIVELES HORMONALES DURANTE LA MENOPAUSIA PUEDEN AUMENTAR EL RIESGO DE SUFRIR AFECCIONES BUCODENTALES?

Durante la menopausia, los niveles de estrógenos y progesterona disminuyen. Y esto puede provocar algunas consecuencias en la salud oral como: sensación de boca seca, osteoporosis, patologías periodontales o sensación de ardor en la boca.

¿SABÍAS QUE LA SUCCIÓN PROLONGADA DEL PULGAR PUEDE PROVOCAR MALOCLUSIÓN?

Si el bebé continúa succionando su pulgar de forma prolongada en el tiempo, puede conllevar deformaciones dentoesqueléticas. Las más habituales son la mordida abierta y las compresiones del maxilar.

¿SABÍAS QUE SOLO ENTRE EL 10% Y EL 15% DE LOS ADULTOS PRESENTAN UNAS ENCÍAS SANAS?

Los pacientes que padecen enfermedad periodontal, es decir, gingivitis o periodontitis, presentan un tejido gingival inflamado y enrojecido.

ALBACETE DESDE MI VENTANA

En estos días de cuarentena lanzamos la iniciativa "Albacete desde mi ventana" para acercarnos todos un poco más. Así pudimos **conocer cómo estaban viviendo el confinamiento nuestros vecinos.**

Gracias a todos los que participaron, nos permitimos el lujo de ver diferentes paisajes de nuestra ciudad sin salir de casa, ¡y cómo lo echábamos de menos!

Las calles vacías de Albacete, los comercios cerrados y los primeros brotes del inicio de la primavera nos dieron un mensaje de responsabilidad y de paz.

GRACIAS

Por ser el arcoiris
después de la tormenta

Avda. España, 29 Albacete **967 222 630** info@belmonteclinicadental.com
www.**belmonte**clinica**dental**.com