

# CLINICA DE SALUD DENTAL TEXAS TECH

Nuestros estudiantes trabajan bajo la supervisión directa de dentistas titulados de nuestra facultad, y ofrecen servicios según las habilidades que van desarrollando durante su formación.

Porfavor llamenos para obtener más información y para programar una cita de evaluación.

915-215-6700



## Texas Tech Health EL PASO

Community Health Outreach Program

El Programa de Alcance Comunitario de Texas Tech Health El Paso está comprometido a ayudar a las familias de la frontera a llevar una vida más saludable.

Por medio de la educación, los recursos y las asociaciones comunitarias, apoyamos la salud oral como parte de un El Paso más fuerte y saludable.

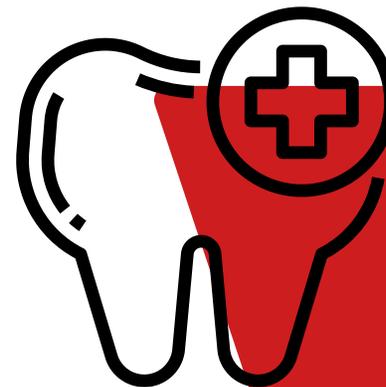
**Nuestros promotores de salud comunitarios están aquí para ayudar a conectarte con:**

- Servicios dentales a bajo costo
- Asistencia para hacer citas
- Talleres y eventos comunitarios

**¡Pregunte por los servicios disponibles aquí en El Paso!**



@ttuhscep.edu  
[CommunityHealthOutreachEP@ttuhsc.edu](mailto:CommunityHealthOutreachEP@ttuhsc.edu)



**TU SONRISA, TU SALUD:  
LA IMPORTANCIA DEL  
CUIDADO DENTAL**

**Texas Tech Health**   
EL PASO

Traído a usted por el el programa de alcance comunitario de salud de Texas Tech El Paso.





# PASOS DIARIOS PARA CUIDAR TU SALUD ORAL

- ♥ Cepillate los dientes dos veces al día con pasta con flúoruro
- ♥ Usa hilo dental cada día
- ♥ Toma más agua, reduce las bebidas azucaradas
- ♥ Incluye frutas, verduras y granos enteros en tu dieta
- ♥ Evita fumar o masticar tabaco
- ♥ Haz cita con el dentista una vez al año, aunque te sientes bien



**SONRIE HOY PARA UN FUTURO MAS SANO.**

Traído a usted por El Programa de Alcance Comunitario de Salud de Texas Tech El Paso

# CONSEJOS UNICOS PARA COMPARTIR EN FAMILIA

- ¡Enseña a cepillarse y usar hilo dental desde edad temprana!
- Personas mayores conservan sus dientes sanos más tiempo con buena higiene y revisiones frecuentes.
- ¿Estas embarazada? Es seguro ir al dentista- tu salud bucal protege a tu bebé.
- Si usas dentadura, lávala cada día para evitar infecciones.
- No esperes a que duela-la prevención es mejor que el tratamiento.



CONSEJO DE SALUD. LA DIABETES, PRESION ALTA Y ENFERMEDADES DE LAS ENCIAS OCURREN JUNTAS CON FRECUENCIA.

**UNA BUENA SALUD ORAL TAMBIEN AYUDA A MANTENER ESTABLES TUS NIVELES DE GLUCOSA Y CONTROLAR LA ALTA PRESION.**



**Texas Tech Health**   
Interprofessional Education **EL PASO**

## TU SONRISA CUENTA, TU SALUD LO ES TODO.

La salud bucal va más allá de una sonrisa bonita, es esencial para tu salud y tu calidad de vida.

¡Aquí aprenderás cómo unos pasos sencillos pueden cuidar tu corazón, cuerpo y futuro!

## LA IMPORTANCIA DE LA SALUD DENTAL

- Una boca sana mejora la manera en que comes, hablas y te sientes.
- Problemas dentales pueden causar enfermedades del corazón, diabetes, y complicaciones en el embarazo.
- Las visitas regulares al dentista evitan enfermedades graves.

¡ NUESTRA BOCA REFLEJA NUESTRA SALUD GENERAL!!