

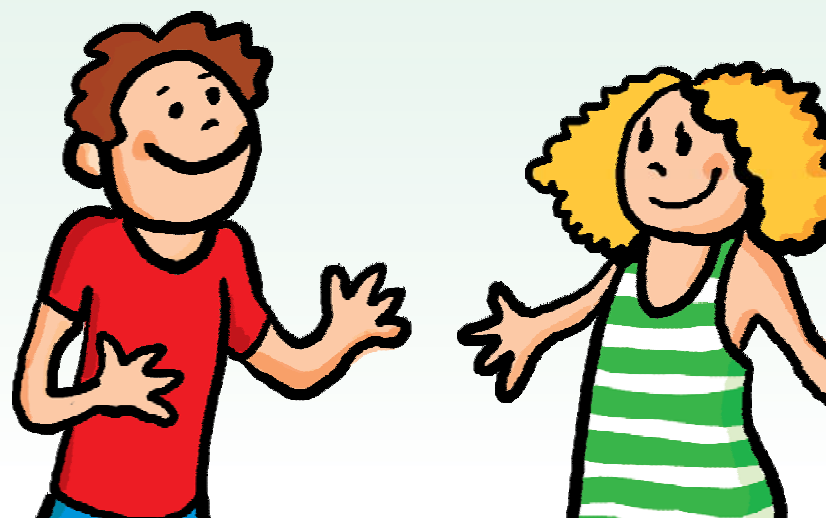
# educación primaria

**NOSDO**  
AYUNTAMIENTO DE SEVILLA  
Familia, Asuntos Sociales  
y Zonas de Especial Actuación  
Dirección General de Familia y Salud



Higiene y Salud Buco-dental

**educación**  
**para** la  
**salud**



# Construyendo salud

Consideramos higiene, como un conjunto de cuidados que necesita nuestro cuerpo para mantenerse en un estado saludable, abarcando aspectos de bienestar general como: horas de sueño, horas de TV., tiempo de ocio, orden, alimentación y aspectos de aseo personal.

Debido a la importancia de la caries dental como una de las enfermedades más frecuentes, tanto en la población general como en los niños, incluso muy pequeños, produciendo dolor, aparición de otras enfermedades, etc..., se presta especial importancia a la Salud Bucodental.

Ya que puede prevenirse mediante la adopción de hábitos higiénicos y dietéticos adecuados.

Por todo ello, la Delegación de Salud del Excmo. Ayuntamiento de Sevilla, está llevando un programa de Educación para la Salud en el centro escolar de su hijo/a, con el objeto de ayudar a los alumnos/as a que:

- Aprendan la importancia de la higiene general.
- Adquieran los hábitos precisos de higiene general y bucodental:
  - Cepillado de dientes al menos dos veces al día.
  - Evitar comer dulces en exceso y sobre todo entre horas.
  - Dormir lo suficiente, etc.

Recuerde:

Su ejemplo y colaboración es esencial reforzando la adquisición de estos hábitos.