



# SALUD BUCAL Y BIENESTAR

¿Sabías que la **salud bucal** puede afectar todas las dimensiones de tu **bienestar**?

La salud bucal está relacionada con las **condiciones sistémicas de nuestro organismo**. La falta de atención y cuidado bucal diario puede traer diversas complicaciones médicas graves, afectando todos los aspectos de nuestra vida y bienestar.



Socialmente



En el rendimiento deportivo



En el trabajo y el ocio

¡Mantén **hábitos saludables** y programa **visitas regulares a tu dentista!**



Limpia tus dientes al menos 2 veces al día



Come alimentos saludables



Haz ejercicio



No fumes

Mantener tu salud bucal al día es bueno para **tu corazón** y para todos a tu alrededor.



Apoyo:



Promover la salud bucal más allá de las fronteras