

# LA PLACA BACTERIANA



## ¿QUÉ ES EL BIOFILM?

El biofilm o placa bacteriana, se crea cuando las bacterias flotantes encuentran una superficie, se adhieren a ella y se elaboran procesos químicos para la formación de caries y otros problemas de salud bucodental.



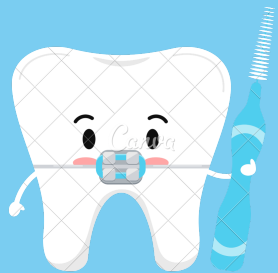
## ¿CÓMO SE PRODUCEN?

Los microorganismos que habitan en la boca, generan cambios físicos y químicos que modifican la placa bacteriana. Luego se forma una película de proteínas salivales sobre el esmalte del diente, a la que rápidamente se adhieren otras bacterias.

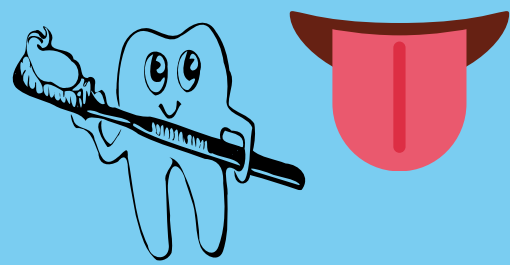


## ¿CÓMO LO PUEDES CONTROLAR?

- Usa el cepillo de dientes adecuado a tu cavidad bucal.
- Lo ideal es que el cepillado dure 2 minutos aproximadamente y que este se realice 2 veces al día.
- Realiza limpieza entre tus dientes.



- Una vez que termines el cepillado, limpia tu lengua de adelante hacia atrás pues esta es reservorio de microorganismos.
- Haz un recambio de cepillo cada 2-3 meses.
- Elige bien la pasta dental, fíjate que esta contenga entre 1000 y 1500 ppm.
- Consume una dieta saludable y baja en azúcares.



## CONSECUENCIAS DE NO CONTROLAR EL BIOFILM

El biofilm puede producir:

- Enfermedad de caries.
- Periodontitis.
- Gingivitis.
- Incluso la pérdida de piezas dentales en algunos casos.

