




## SONRISAS SALUDABLES TODO EL AÑO

La salud oral es la base para la salud en general, por lo que las visitas periódicas al dentista, para revisiones y limpiezas, son fundamentales para que su sonrisa sea duradera, y para prevenir la caries y la enfermedad periodontal. Incluso si usted no presenta síntomas, los exámenes dentales son importantes para asegurarse de que sus dientes y encías se encuentren sanos. Y si se presentan problemas, serán más fáciles de tratar.





*Es fácil sonreír cuando uno se siente bien. LifeSmile es un programa de bienestar que forma parte de los beneficios de Delta Dental que provee su empleador. Es fácil mantener buenos hábitos de salud bucal cuando se tiene un poco de ayuda. LifeSmile tiene la respuesta a sus preguntas sobre salud dental, y puede ayudarle a seguir sonriendo durante toda su vida.*

LifeSmile de Delta Dental puede ayudarle a prevenir enfermedades y a mantenerlo en un camino hacia una vida más feliz y saludable. Para obtener más consejos, herramientas y recursos para ayudarle a mejorar y mantener su bienestar oral y su salud en general durante todo el año, asegúrese de agregar a sus favoritos el sitio [oralhealth.deltadental.com](https://oralhealth.deltadental.com).

### Consulte a su dentista de inmediato si:

- Sus encías sangran a menudo o se están retrayendo de los dientes
- Los dientes están flojos o se están separando
- Puede ver manchas blancas o rojas en las encías, lengua o suelo de la boca
- Experimenta dolor persistente en la boca o mandíbula
- Tiene llagas en la boca que no se curan en dos semanas
- Presenta problemas para deglutir o masticar

### Ayude a su dentista a ayudarle

- Consulte a un dentista a menudo. Hacerlo puede asegurarle que los problemas sean atendidos antes de que se vuelvan más graves y costosos.
- Elija un dentista que pertenezca a la red de su plan. Cambiar de un dentista que no está dentro del plan a uno que sí está inscrito, probablemente le ahorrará dinero.
- Aproveche cualquier examen, limpiezas de dientes o rayos X que puedan estar incluidos en su seguro. Las revisiones dentales habituales, tales como limpiezas y exámenes, le ayudarán a prevenir complicaciones o empeoramiento de los problemas dentales, tal como la caries.
- Conviértase en socio de su salud dental. Háblele a su dentista acerca de usted y sus preocupaciones y hágale preguntas sobre el cuidado de los dientes. También asegúrese de entender todas las opciones de tratamiento que el dentista le recomiende.