

Tres días de salud para todos

Segunda Edición de la Feria de la Salud de Navalcarnero

Un año más la Feria de la Salud, organizada por la Concejalía de Sanidad y Consumo y la empresa Natur del siglo XXI, ha celebrado en el recinto de la Plaza de Toros 'Felix Colomo', su segunda cita con la salud de los ciudadanos. Han sido tres días dedicados a la prevención, la educación y el fomento de hábitos saludables.

La Feria de la Salud es un evento único por su carácter eminentemente formativo, por su acceso totalmente gratuito y su orientación a toda la población: tanto niños, como jóvenes, adultos, mayores o universitarios. De esta forma, el coso taurino se convirtió en el centro numerosas actividades formativas, de información y de ocio sobre salud: conferencias, demostraciones, pruebas diagnósticas, juegos y cuentacuentos para niños o degustaciones, todo un abanico de posibilidades enfocadas

mejorar el bienestar y la calidad de vida de la gente y a distintos tipos de público.

Una de los stand más atractivos para el público fue el relativo a la salud buco-dental que instaló el Colegio Profesional de Higienistas Dentales de Madrid. La feria también acercó los temas de mayor actualidad y que más interesan como la salud laboral, la importancia de una buena alimentación o la visión. Pero sin duda, los pacientes fueron protagonistas especiales en esta feria, donde también se han dado cita asociaciones que abordan dolencias como el Cáncer o Fibromialgia. Un evento fruto del empeño por fomentar, según el alcalde, Baltasar Santos, las "llamadas 'conductas saludables', la participación activa de la población y la contribución a la mejora de la salud y calidad de vida de nuestro municipio".



La Feria de la Salud se celebró en el recinto de la Plaza de Toros de Navalcarnero

ENTREVISTA Susana Cruz

Colegio Profesional de Higienistas Dentales de Madrid

Una de las mayores preocupaciones, si de salud hablamos, se centran en las patologías de la boca, la mayoría provocadas por una higiene incorrecta. Por este motivo, dentro de esta feria de la salud, uno de los stands más visitados fue el instalado por el Colegio de Higienistas de Madrid. Allí hablamos con una de las responsables que, durante este encuentro, ha acercado la salud buco-dental a los visitantes de esta muestra, la higienista Susana Cruz.

"El cepillo es la herramienta más importante para tener una boca sana"

Por Fabiola Méndez

¿Cuál es vuestra tarea?

Trabajar al lado del odontólogo, tanto en centros de salud públicos como privados. Nuestra misión es fomentar y promocionar la salud buco-dental. Además, en ocasiones realizamos funciones de ayuda como alentar en el uso de selladores en los niños, aplicarles flúor, o enseñarles la técnica del cepillado. En resumen, promocionar la salud buco-dental entre los niños, los adultos y los mayores, a cada uno darle el consejo apropiado a su boca.

¿Ha generado interés esta feria, se ha acercado público por el stand?

Con la lluvia ha estado la cosa flojilla, pero el domingo sí que se ha notado una mayor afluencia de personas que han acudido a los actos programados, a las actividades y han pasado afortunadamente por aquí, tenían interés en saber cómo cuidar su boca. ¿En qué aspecto han estado más interesados?

La mayoría se interesa por saber cómo cepillarse la boca, los mayores sin embargo, preocupados porque se les mueven las prótesis e intentan resolver su problema con algún pegamento. Nuestra sugerencia es decirles que acudan al dentista para solicitar consejo, si bien necesitan ajustar su dentadura o hacerse una nueva. También les orientamos sobre el mantenimiento de sus prótesis, porque algunas personas no saben cómo hacerlo. Y también a algunas mamás y papás les recordamos cómo deber ser el cepillado de los dientes en los niños o si necesitan algún componente más como el flúor.

¿Cómo está la salud buco-dental en nuestro país?



"La mayoría se interesa por saber cómo cepillarse la boca, los mayores sin embargo, preocupados porque se les mueven las prótesis"

Pues hay una gran incidencia de caries. Es cierto, que se ha notado el aumento de población de otros países, debido a los hábitos alimenticios que tienen, cuando llegan aquí llegan con unas caries abundantes. La salud buco dental se está dirigiendo a los niños sobre todo para evitar que progresen esas caries y los problemas gingivales, que se derivan después en la mayoría de la gente en edad adulta.

¿Cómo podemos evitar estas patologías en la boca?

El único mecanismo para evitar caries, gingivitis, enfermedad en las encías, o periodontitis, enfermedad bacteriana que afecta el tejido de sostén de los dientes, es con un buen cepillado, el cepillo es la herramienta más importante para tener una boca sana. Hay cepillos eléctricos que consiguen un mejor arrastre pero se sugiere que lo utilicen los adultos. Los niños yo les aconsejaría que lo usaran después del cepillado manual, para motivarles un poco, porque es importante que ellos aprendan la destreza suficiente como para poder cepillarse con un cepillo manual. Después tenemos pastas dentífricas, enjuagues, que complementan la higiene, pero lo que realmente limpia es el movimiento del cepillo.

Entonces que es más aconsejable ¿el cepillo eléctrico o manual?

Antes se recomendaba el cepillo eléctrico sólo a personas que tenían alguna minusvalía o con problemas en las manos y no podían cepillarse bien, hoy en día se recomienda a todo el mundo y de hecho hay estudios que demuestran que un cepillo eléctrico remueve más placa que un cepillo manual.

Jardinería

DISEÑO, REALIZACIÓN Y MANTENIMIENTO DE JARDINES PARTICULARES, COMUNIDADES Y MANCOMUNIDADES

PODAS, DESBROCES Y LIMPIEZA DE PARCELAS

SEMILLADO

INSTALACIÓN DE RIEGO AUTOMÁTICO

Fax: 91 815 86 41 - andriala@andriala.com

Tels. 91 547 97 28 - 667 460 982 -

617 400 411 - 678 431 309

Carril de Quijorna s/n - Brunete -

ANDRIALA