

SALUD MEDICAL SPANISH CHARTS

Dental Cavities

Cavities are a disease that damage the structure of teeth.

Tooth decay is one of the most common of all disorders, second only to the common cold.

Tooth decay usually occurs in children and young adults but can affect any person.

Tooth decay is the most important cause of tooth loss in younger people.

Bacteria are normally present in the mouth.

The bacteria convert all foods, especially sugar and starch, into acids.

Bacteria, acid, food debris, and saliva combine in the mouth to form a sticky substance called plaque.

Plaque adheres to the teeth.

Plaque is most prominent on the surface of the back molars, just above the gum line on all teeth, and at the edges of fillings.

Plaque that is not removed from the teeth mineralizes into tartar.

Plaque and tartar irritate the gums, resulting in gingivitis and ultimately periodontitis.

Plaque begins to accumulate on teeth within 20 minutes after eating, the time when most bacterial activity occurs.

If this plaque is not removed, tooth decay will begin.

The acids in plaque dissolve the enamel surface of the tooth and create holes in the tooth (cavities).

Cavities are usually painless until they grow very large inside the tooth and destroy the nerve and blood vessels in the tooth.

If cavities are left untreated, a tooth abscess can develop.

Untreated tooth decay also destroys the internal structures of the tooth (pulp) and ultimately causes the loss of the tooth.

Sugars and Starches increase the risk of tooth decay.

Sticky foods are more harmful than nonsticky foods because they remain on the surface of the teeth.

Frequent snacking increases the time that acids are in contact with the surface of the tooth.

Most cavities are discovered in the early stages during routine checkups.

La **caries dental** es una **enfermedad que produce daño a la estructura dental**.

De todos los **trastornos**, las **caries dentales** son uno de los más comunes, después del **resfriado común**.

Las caries dentales **suelen aparecer en los niños y los adultos jóvenes**, pero pueden afectar a cualquier persona.

Las caries dentales son la causa más importante de **pérdida de los dientes** en las personas más jóvenes.

Las bacterias suelen estar presentes en la **boca**.

Las bacterias son las encargadas de convertir todos los **alimentos**, especialmente los **azúcares y almidones**, en ácidos.

Las bacterias, el ácido, los **detritos de comida** y la saliva se combinan en la boca para formar una **sustancia pegajosa llamada placa**.

La placa se adhiere a los dientes.

La placa es más prominente en las **superficies de los molares posteriores**, justo encima de la línea de la encía en todos los dientes y en los bordes de las cavidades.

La placa que no se elimina de los dientes se mineraliza y forma un **cálculo**.

La placa y el cálculo son irritantes de la **encía** y producen gingivitis y últimamente periodontitis.

La placa comienza a acumularse **a los 20 minutos de la ingestión de alimentos**, que es el tiempo en el que se presenta la mayor actividad bacteriana.

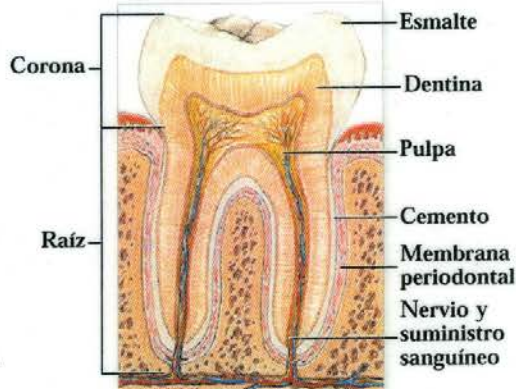
Si la placa se deja en el diente, se forma la caries dental.

Los ácidos de la placa disuelven la superficie del esmalte dental y **crean orificios** en el diente (cavidades).

Las cavidades **no suelen producir dolor hasta que crecen demasiado dentro de** las estructuras internas del diente y pueden **provocar la muerte del nervio y de los vasos sanguíneos en el diente**.

Las cavidades producen un absceso dental, si no se tratan.

Si la caries dental no se trata puede producir la muerte de las estructuras internas del diente (pulpa) y la **pérdida final del diente**.



Los azúcares y los almidones dietéticos **aumentan el riesgo de** caries dentales.

Los alimentos pegajosos son **más dañinos** que los alimentos no pegajosos, ya que permanecen en la superficie de los dientes.

Los refrigerios frecuentes aumentan el tiempo en que los ácidos están en contacto con la superficie del diente.

La mayoría de las caries dentales **se descubren en sus fases preliminares durante los controles de rutina**.

www.saludmedicalspanish.com



Valley Community Interpreters
Intérpretes Comunitarios del Valle

SALUD MEDICAL SPANISH CHARTS

Dental Cavities

The surface of the tooth may be soft when probed with a sharp instrument.

Pain may not be present until the advanced stages of tooth decay.

Dental X-rays may show some cavities before they are visible to the eye.

Destroyed tooth structure does not regenerate.

The progression of cavities can be stopped by treatment. The goal is to preserve the tooth and prevent complications.

In filling teeth, the decayed material is removed by drilling and replaced with a restorative material such as silver alloy, gold, porcelain, or composite resin.

Porcelain and composite resin more closely match the natural tooth appearance, and may be preferred for front teeth.

Crowns are used if decay is extensive and there is limited tooth structure which may cause weakened teeth.

Though cavities can be repaired, try to avoid them by taking care of your teeth.

Use a toothbrush with soft bristles.

Brush your teeth with fluoride toothpaste.

Brush your teeth after each meal or at least twice a day.

Bedtime is an important time to brush your teeth.

Brush up and down in a circular motion.

Gently brush your gums as well to keep the gums healthy.

Floss your teeth once a day to remove plaque and food that's stuck between your teeth.

Replace your toothbrush every three months or when the bristles get bent.

Limit sweets and sugary drinks, like soda.

See your dentist twice a year for regular checkups.

A root canal is recommended if the nerve in a tooth dies from decay or from a traumatic blow.

Oral hygiene is necessary to prevent cavities. This consists of brushing at least twice a day and flossing at least daily, and regular professional cleaning every 6 months.

La superficie dental puede estar suave al introducirse un instrumento puntiagudo.

El dolor puede no presentarse hasta las etapas avanzadas de la caries dental.

Las radiografías dentales pueden mostrar algunas caries antes de que sean visibles para el ojo.

Las estructuras dentales que han sido destruidas no se regeneran.

El tratamiento puede detener el progreso de la caries dental con el fin de preservar el diente y evitar complicaciones.

Para empastar los dientes, se elimina el material cariado con el uso de una fresa dental para reemplazarlo con un material reconstructivo como las aleaciones de plata, oro, porcelana y resina compuesta.

La porcelana y resina compuesta se asemejan a la apariencia natural del diente, por lo que suelen utilizarse en los dientes anteriores.

Las coronas se utilizan cuando la caries es muy grande y hay una estructura dental limitada, la cual puede ocasionar un diente debilitado.

Aunque las caries dentales tienen tratamiento, intenta evitarlas cuidándote los dientes.

Use un cepillo de dientes de puntas suaves.

Cepílese los dientes utilizando dentrífico con flúor.

Cepílese los dientes después de cada comida o, como mínimo, dos veces al día.

La hora de acostarse (la hora de irse a la cama) es un momento importante para cepillarse los dientes.

Cepílese de arriba abajo y describiendo movimientos circulares.

Cepílese también las encías con suavidad para mantener las encías sanas.

Utilice seda dental una vez al día para eliminar la placa y la comida que queda atrapada entre los dientes.

Reemplace su cepillo de dientes cada tres meses o cuando las puntas estén dobladas.

Limite el consumo de dulces y de bebidas azucaradas.

Vea al dentista dos veces al año para que le hagan revisiones regulares.

Se recomienda hacer un tratamiento de conductos radiculares en los casos en que ha muerto el nervio o pulpa del diente a consecuencia de una caries o de un traumatismo por golpe.

La higiene oral es necesaria para prevenir las caries. Esto consiste en el cepillado por lo menos dos veces al día y uso de la seda dental al menos una vez al día y la limpieza profesional regular, cada seis meses.

www.saludmedicalspanish.com

Ed News en Español

PO Box 27237

Albuquerque, NM 87125-7237

ISBN: 1-881050-41-6

Copyright © 2005 Bonifacio Contreras



Valley Community Interpreters
Intérpretes Comunitarios del Valle