

El teu dentista ajuda Tu dentista ayuda

Confía la boca al teu dentista.

Ell pot salvar-te la vida, i recorda:

Si es detecta el càncer oral en les seves primeres fases (taca, bony, úlcera) és molt fàcil de curar.

- Mira i palpa la teva boca.
- Acudeix al teu dentista.

Pots prevenir-lo evitant el tabac i l'alcohol, amb una alimentació variada i una boca neta.

Confía la boca a tu dentista.

Él puede salvarte la vida, y recuerda:

Si se detecta el cáncer oral en sus primeras fases (mancha, bulto, úlcera) es muy fácil de curar.

- Mira y palpa tu boca.
- Acude a tu dentista.

Puedes prevenirlo evitando el tabaco y el alcohol, con una alimentación variada y una boca limpia.

www.canceroral.es

Localitza el teu dentista més pròxim
i revisa gratis la teva salut oral en
Localiza tu dentista más próximo
y revisa gratis tu salud oral en
www.canceroral.es

Organitza:



Col·legi Oficial d'Odontòlegs
i Estomatòlegs de Catalunya
www.coec.net

Col·laboran:



Sociedad Española
de Medicina Oral



Sociedad Española
de Cirugía Oral
y Maxilofacial



Sociedad Española
de Cirugía Bucal

Amb el suport de:



Generalitat de Catalunya
Departament de Salut



Pla director
d'oncologia



Societat Catalana de
Medicina Familiar i
Comunitària



Societat Catalana
d'Odontologia i
Estomatologia

Campanya de detecció precoç del càncer oral

Campaña de detección precoz del cáncer oral



Acudeix al teu dentista Acude a tu dentista

Del 26 d'Octubre al 6 de Novembre de 2009
Del 26 de Octubre al 6 de Noviembre de 2009



CONSEJO
DENTISTAS
ORGANIZACIÓN COLEGIAL
DE DENTISTAS
DE ESPAÑA



CONSEJO
DENTISTAS
ORGANIZACIÓN COLEGIAL
DE DENTISTAS
DE ESPAÑA



CONSEJO
DENTISTAS
ORGANIZACIÓN COLEGIAL
DE DENTISTAS
DE ESPAÑA

Detectar-lo

Detectarlo

La detecció precoç pot salvar-te la vida en 5 minuts d'exploració.

El càncer de boca augmenta any a any. Tanmateix, la supervivència no ha augmentat: mor el 50% de les persones diagnosticades per falta d'una detecció precoç. És més freqüent en homes que en dones a partir dels 40 anys. Pot aparèixer en qualsevol lloc de la boca: llavis, llengua, genives, etc.

La detección precoz puede salvarte la vida en 5 minutos de exploración.

El cáncer de boca aumenta año a año. Sin embargo, la supervivencia no ha aumentado: fallece el 50% de las personas diagnosticadas por falta de una detección precoz. Es más frecuente en hombres que en mujeres a partir de los 40 años. Puede aparecer en cualquier lugar de la boca: labios, lengua, encías, etc.

Coneix la teva boca

Conoce tu boca

Posa't en alerta si trobes qualsevol anomalia que no cura en 15 dies:

Una úlcera o nafra, una taca blanca o vermella, un bony, una duresa, sagnat, dolor al parlar, mastegar o estrènyer amb el dit i una zona de formigueig o anestèsia.

Acudeix al teu dentista.

Confia en ell, és el que millor coneix la teva boca, resoldrà els teus dubtes, t'explorarà i t'aconsejarà.

I recorda la teva revisió anual, tinguis dents naturals o pròtesi.

Ponte en alerta si encuentras cualquier anomalía que no cura en 15 días:

Una úlcera o llaga, una mancha blanca o roja, un bulto, una dureza, sangrado, dolor al hablar, mastigar o apretar con el dedo y una zona de hormigueo o anestesia.

Acude a tu dentista.

Confía en él, es el que mejor conoce tu boca, resolverá tus dudas, te explorará y te aconsejará.

Y recuerda tu revisión anual, tengas dientes naturales o prótesis.

Campanya de detecció precoç del càncer oral

Campaña de detección precoz del cáncer oral

Localitza el teu dentista més pròxim i revisa gratis la teva salut oral en www.canceroral.es

Organitza:



Col·legi Oficial d'Odontòlegs i Estomatòlegs de Catalunya

www.coec.net



Prevenir-lo

Prevenirlo

Hàbits més sans que prevenen el càncer oral.

Cal detectar precoçment les lesions precanceroses i les lesions canceroses. Aquestes últimes en realitat maten si es deixen avançar en la seva evolució. Però més important encara és prevenir-lo.

Com ho podem fer?

Hábitos más sanos que previenen el cáncer oral. Hay que detectar precozmente las lesiones precancerosas y las lesiones cancerosas.

Estas últimas en realidad matan si se dejan avanzar en su evolución. Pero más importante todavía es prevenirlo.

¿Cómo lo podemos hacer?

Pla preventiu

Plan preventivo

Evita els factors irritants que afavoreixen la seva aparició.

El tabac i l'alcohol (causen del 90% dels casos), la falta d'higiene oral, les dents i pròtesi que produeixi rascades, la calor excessiva (cigars, pipa, etc.) o l'exposició al sol sense protecció.

Estils de vida saludables.

Menja un mínim de 5 racions diàries de fruita, verdures i hortalisses. Mantingues una alimentació variada i un pes normal.

Practica una activitat física que t'agradi. Evita l'estrès i dorm 8 hores.

Evita los factores irritantes que favorecen su aparición.

El tabaco y el alcohol (causa del 90% de los casos), la falta de higiene oral, los dientes y prótesis que produzcan rozaduras, el calor excesivo (cigarros, pipa, etc.) o la exposición al sol sin protección.

Estilos de vida saludables.

Come un mínim de 5 raciones diarias de fruta, verduras y hortalizas. Mantén una alimentación variada y un peso normal.

Practica una actividad física que te guste. Evita el estrés y duerme 8 horas.

Acudeix al teu dentista
Acude a tu dentista

Del 26 d'Octubre al 6 de Novembre de 2009

Del 26 de Octubre al 6 de Noviembre de 2009



CONSEJO DENTISTAS
ORGANIZACIÓN COLEGIAL DE DENTISTAS DE ESPAÑA



Campanya de detecció precoç del càncer oral

Campaña de detección precoz del cáncer oral

Acudeix al teu dentista Acude a tu dentista

Del 26 d'Octubre al 6 de Novembre de 2009

Del 26 de Octubre al 6 de Noviembre de 2009

Localitza el teu dentista més pròxim
i revisa gratis la teva salut oral en
*Localiza tu dentista más próximo
y revisa gratis tu salud oral en*
www.canceroral.es

Organitza: _____



Col·legi Oficial d'Odontòlegs
i Estomatòlegs de Catalunya
www.coec.net

Col·laboran: _____



Sociedad Española
de Medicina Oral



Sociedad Española
de Cirugía Oral
y Maxilofacial



Sociedad Española
de Cirugía Bucal

Amb el suport de: _____



Generalitat de Catalunya
Departament de Salut



Pla director
d'oncologia



Societat Catalana de
Medicina Familiar i
Comunitària



Societat Catalano-Balear de
Cirurgia Maxil·lofacial i Oral



Societat Catalana
d'Odontologia i
Estomatologia



CONSEJO
DENTISTAS
ORGANIZACIÓN COLEGIAL
DE DENTISTAS
DE ESPAÑA

www.canceroral.es