



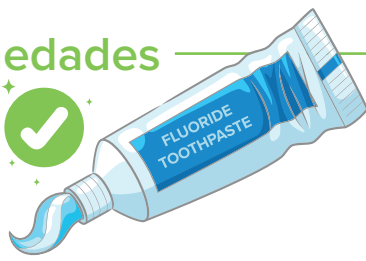
**Sustainability
in Dentistry**

Mantener una buena salud bucodental es bueno para USTED y para el medioambiente

Usted puede ayudar haciendo pequeños cambios que reduzcan su impacto en el medio ambiente

Seguir una buena rutina de salud bucodental y hábitos saludables ayuda al medio ambiente.

Prevenga Enfermedades



Cepille sus dientes dos veces al día por 2 minutos. Limpie entre sus dientes diariamente. Siempre utilice una pasta dental fluorada.

Evite consumir frecuentemente comidas azucaradas y bebidas gaseosas saborizadas.

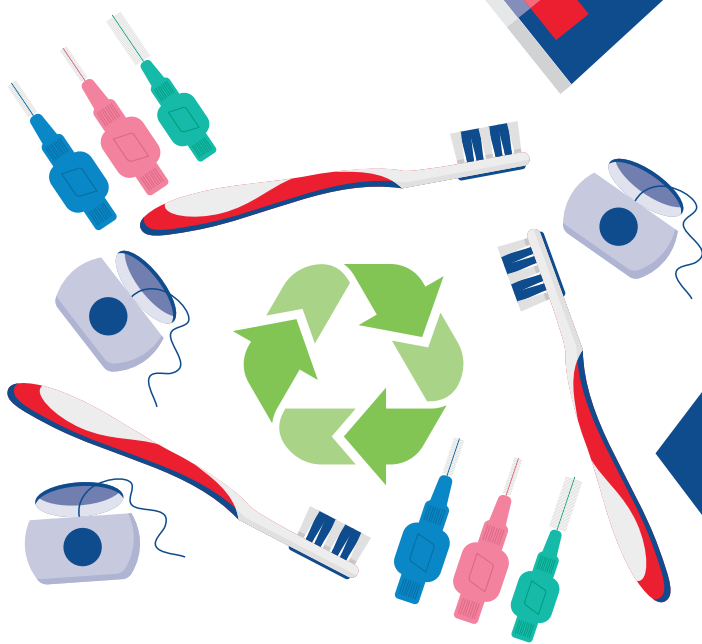
Consuma alcohol con moderación y deje el tabaco (incluyendo el vaping y otras fuentes).



Recicle

Elija cepillos de dientes, tubos de pastas dentales y empaques hechos con materiales sostenibles.

Recicle los empaques, cepillos y tubos de pastas de dientes si es posible.



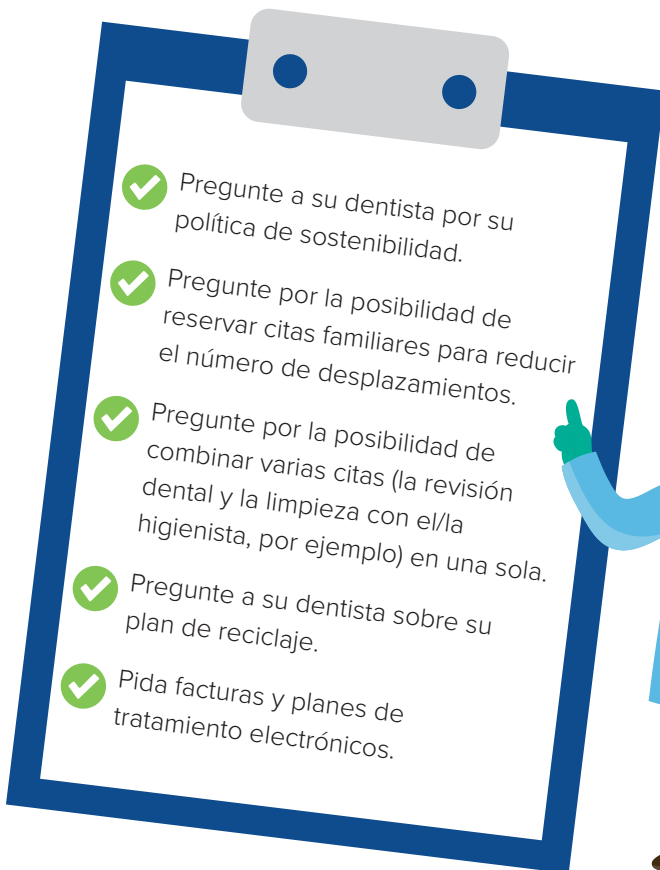
¡AHORRE AGUA!

Cierre el grifo mientras se cepilla los dientes.

No es necesario enjuagarse después del cepillado.

Deposite el hilo dental usado en la papelera, no en el inodoro.

Promueva la sostenibilidad



- ✓ Pregunte a su dentista por su política de sostenibilidad.
- ✓ Pregunte por la posibilidad de reservar citas familiares para reducir el número de desplazamientos.
- ✓ Pregunte por la posibilidad de combinar varias citas (la revisión dental y la limpieza con el/la higienista, por ejemplo) en una sola.
- ✓ Pregunte a su dentista sobre su plan de reciclaje.
- ✓ Pida facturas y planes de tratamiento electrónicos.



**La odontología
tiene un impacto
en el medio
ambiente.**

Reduzca el CO₂



Aproveche las opciones de teleodontología y odontología digital.

Si puede, opte por ir a su cita en transporte público, caminando o en bicicleta.



Los cuatro patrocinadores del proyecto Sostenibilidad en Odontología son Colgate, GSK Consumer Healthcare, Dentsply Sirona y TePe

Contenido desarrollado por el equipo de trabajo de Sostenibilidad en Odontología:
N. Martin, J. Zenk, S. Darteville, S. Mulligan

