



Ministerul  
Sănătății



Centrul Regional de  
Sănătate Publică Iași



Institutul Național de  
Sănătate Publică



Centrul Național de  
Evaluare și  
Promovare a Stării  
de Sănătate



# Spune "Aaa" Gândește-te la gura ta, Gândește-te la sănătatea ta!

*20 Martie 2018*

*ZIUA MONDIALĂ A SĂNĂTĂȚII ORALE*

---

INFORMARE

# Contextul mondial

Ziua Mondială a Sănătății Orale se sărbătorește în fiecare an pe data de 20 martie.

Cu această ocazie se promovează în lumea întreagă importanța igienei orale pentru întregul organism și sunt menționate beneficiile unei sănătăți orale foarte bune, la orice vârstă.

## **De ce este importantă Ziua Mondială a Sănătății Orale?**

Deoarece, conform OMS, 90% din populația lumii suferă în cursul vieții de afecțiuni orale și multe dintre acestea ar putea fi evitate prin programe de prevenție, detecție și tratament, finanțate de guvern, asociații și societăți de promovare a sănătății.



# Contextul mondial

- În ciuda marilor progrese în domeniul sănătății orale a populației la nivel mondial, problemele privind sănătatea orală rămân în continuare importante în multe comunități din întreaga lume - în special în rândul grupurilor defavorizate din țările dezvoltate și în curs de dezvoltare.
- Rolul semnificativ al factorilor socio-comportamentali și de mediu în bolile orale este evidențiat într-un număr extins de anchete și studii epidemiologice.
- Cu ocazia Zilei Mondiale a Sănătății Orale, Federația Dentară Internațională îndeamnă toate părțile interesate să recunoască și să sublinieze importanța sănătății orale pentru o societate sănătoasă.



# Afecțiunile orale

- Cariile dentare și boala peridontală reprezintă la ora actuală cele mai frecvente boli infecțioase în întreaga lume.
- Larga răspândire a acestor boli este în strânsă corelație cu stilul de viață și în special cu un consum crescut de zahăr, alcool și tutun dar și cu o igienă orală deficitară.
- În plus, afecțiunile orale depind în mod semnificativ și de atitudinea față de starea de sănătate. Acest lucru este la rândul său strâns legat de factorii socio-economici, cum ar fi educația și veniturile.
- Afecțiunile dentare au drept consecință durerea și suferința dar și absenteismul de la locul de muncă și școală iar netratate afectează serios calitatea vieții unei persoane.



## Istoric al Zilei Mondiale a Sănătății Orale

- a fost adoptată de Adunarea Generală a Federației Dentare Internaționale, reprezentată de mai mult de un milion de dentiști și chirurghi buco-maxilo-faciali din întreaga lume, pe 26 octombrie 2007;
  - a fost celebrată pentru prima dată pe 12 septembrie 2008;
  - a fost aleasă și sărbătorită inițial pe 12 septembrie:
    - în onoarea fondatorului Federației Dentare Internaționale, Dr. Charles Godon, care s-a născut pe 12 septembrie 1854 și
    - pentru a celebra totodată aniversarea Conferinței Internaționale a Organizației Mondiale a Sănătății pentru Îngrijirile Primare de Sănătate de la Alma Ata, Kazakhstan, care a avut loc pe 6-12 septembrie 1978
- Mai târziu, din motive practice, legate de posibilitățile de planificare și organizare a campaniilor, Federația Dentară Internațională a modificat data la care se sărbătorește Ziua Mondială a Sănătății Orale, aceasta fiind acum **20 martie**.

# Campanii prilejuite de Ziua Mondială a Sănătății

## Orale în România

- În anul 2011, s-a desfășurat campania *Obiceiuri sănătoase pentru dinți sănătoși*, la care au participat 22 de județe și municipiul București.
- În anul 2012, s-a desfășurat campania *Familia mea are dinți sănătoși!*, la care au participat 17 județe.
- În anul 2014, s-a desfășurat campania *Ai grijă de dinții tăi!*, la care au participat 10 județe.
- În anul 2015, s-a desfășurat campania *Toată viața un zâmbet sănătos!*, la care au participat 15 județe.
- În anul 2016, s-a desfășurat campania *Dantură sănătoasă, corp sănătos!*, la care au participat 8 județe.

Promotorii campaniilor au fost: Ministerul Sănătății, INSP, CNEPSS și CRSP Iași. La derularea campaniilor au participat Direcții de Sănătate Publică, Inspectorate Școlare județene, Cabinete medicale școlare și de familie, primării, asociații ale medicilor dentiști, cabinete stomatologice, mass media locală (presa scrisă, radio și tv)



# Campanii prilejuite de Ziua Mondială a Sănătății Orale în România

- În anul 2011, s-a desfășurat campania **Obiceiuri sănătoase pentru dinți sănătoși**, la care au participat 22 de județe și municipiul București.

Invățați-vă copiii să adopte măsuri corecte de igienă dentară!

Nu treceți cu vederea problemele dentare sau gingivale  
Simptome precum inflamația sau sângerările gingivale nu trebuie neglijate deoarece, cu timpul, ele pot deveni mult mai grave.

**Dacă vă confrunțați cu astfel de probleme consultați imediat medicul dentist!**

### Obiceiuri sănătoase pentru dinți sănătoși!

### Obiceiuri sănătoase pentru dinți sănătoși!

Alimentație sănătoasă

Reduceți consumul de alimente care distrug dentura

Obțineți-vă și copiii cu igienă orală corectă

Renunțați la fumat!

### Reguli simple pentru un zâmbet sănătos:

Periați-vă regulat dinții, de cel puțin 2 ori pe zi, dimineața și seara, timp de 3 minute.

Folosiți o pastă de dinți cu fluor.

Folosiți ora dentară.

Alimentați-vă echilibrat. O dietă echilibrată nu este bună doar pentru corpul dumneavoastră, dar, de asemenea, și pentru dinți.

Evitați alimentele care au conținut ridicat de zahăr precum și consumul băuturilor acidulate!

Renunțați la fumat! Afectează gingiile și poate cauza cancer.

# Campanii prilejuite de Ziua Mondială a Sănătății Orale în România

- În anul 2012, s-a desfășurat campania *Familia mea are dinți sănătoși!*, la care au participat 17 județe.



Nu treceți cu vederea problemele dentare sau gingivale! Simptome precum inflamația sau sângerările gingivale nu trebuie neglijate deoarece, cu timpul, ele pot deveni mult mai grave.

Dacă vă confrunțați cu astfel de probleme consultați imediat medicul dentist!

Vizitați o dată la 6 luni medicul dentist, chiar și atunci când nu simțiți că aveți o problemă cu dinții!

**Familia mea are dinți sănătoși!**

Noi ne îngrijim zilnic dinții. Dar voi?

## Reguli simple pentru dinți sănătoși

Obișnuiți-vă copiii cu periajul dentar încă de la primul dinte!



Periați-vă regulat dinții, de cel puțin 2 ori pe zi, dimineața după micul dejun și seara înainte de culcare, timp de 3 minute!



Folosiți o pastă de dinți cu fluor!

Folosiți zilnic apă dentară!

Respectați ordinea:  
apă dentară - periaj - clătire



## Alegeți o alimentație sănătoasă!

O dietă echilibrată este esențială pentru sănătatea dinților.

Între mese:



consumați alimente prietenoase cu dinții.

Fruite și legume  
Brânză, lapte, iaurt  
Pâine neagră, integrală



## evitați

Alimentele și băuturile care conțin zahăr:

- Ciocolată, prăjituri, înghețată
- Sucuri, ceai, cafea



# Campanii prilejuite de Ziua Mondială a Sănătății Orale în România

- În anul 2014, s-a desfășurat campania *Ai grijă de dinții tăi!*, la care au participat 10 județe.

**Nu treceți cu vederea problemele dentare sau gingivale!**

Simptome precum inflamația sau sângerările gingivale nu trebuie neglijate deoarece, cu timpul, ele pot deveni mult mai grave.

**Dacă vă confrunțați cu astfel de probleme, consultați imediat medicul dentist!**

**Ai grijă de dinții tăi!**

MINISTERUL SĂNĂTĂȚII    INSTITUTUL NAȚIONAL DE SĂNĂTATE PUBLICĂ    CENTRUL NAȚIONAL DE EVALUARE ȘI PROMOVARE A STĂRII DE SĂNĂTATE    CENTRUL REGIONAL DE SĂNĂTATE PUBLICĂ A IȘTEI



**Obișnuți-vă copiii cu măsurile corecte de igienă dentară!**

Mă spăl pe dinți de cel puțin 2 ori pe zi, dimineața după micul dejun și seara înainte de culcare, timp de 3 minute!

Utilizez oțo dentară și RESPECT ordinea: oțo dentară - clătire - periaj!

**Am grijă de dinții M.E.I. și respect ordinea corectă de periaj!**

- Suprafața de Masticat
- Suprafața Estetă
- Suprafața Interă

Folosesc pastă de dinți cu FLUOR!

**Vizitați medicul dentist!** o dată la 6 luni, chiar și atunci când nu simțiți că aveți o problemă cu dinții!

**Alimentați-vă echilibrat!**

O dietă echilibrată nu numai că vă păstrează în formă, dar menține și dinții sănătoși.

Evitați alimentele cu conținut ridicat de zahăr, precum și consumul băuturilor acidulate!

**Renunțați la fumat!** Afectează gingiile și poate cauza cancer.



# Campanii prilejuite de Ziua Mondială a Sănătății Orale în România

- În anul 2015, s-a desfășurat campania *Toată viața un zâmbet sănătos!*, la care au participat 15 județe.



# Campanii prilejuite de Ziua Mondială a Sănătății Orale în România

- În anul 2016, s-a desfășurat campania *Dantură sănătoasă, corp sănătos!*, la care au participat 8 județe.

Alimentați-vă echilibrat!  
Consumați zilnic  
fructe și legume!

Ministerul Sănătății  
Centrul Regional de Sănătate Publică Iași  
Institutul Național de Sănătate Publică  
CNEPSS  
Centrul Național de Diagnostic și Promovare a Stării de Sănătate

## Dantură sănătoasă, corp sănătos!

PROFILAXIA CARILOR  
ALIMENTAȚIE SĂNĂTOASĂ  
FRUCTE  
PERIAJ CORECT  
ZĂMBET FRUMOS  
DINȚI PUTERNICI  
LEGUME  
RESPIRAȚIE PROASPĂTĂ  
PERIE DE DINȚI  
FLUOR  
TREI MINUTE DE PERIAJ  
PASTĂ DE DINȚI  
MEDIC DENTIST  
AȚĂ DENTARĂ  
ORGANISM SĂNĂTOS  
APĂ DE GURĂ  
STARE DE BINE  
DENTAR  
GINGIVĂ SĂNĂTOASĂ  
IGIENĂ ORALĂ  
DINȚI ALBI  
CONTROL PERIODIC



# Campanii prilejuite de Ziua Mondială a Sănătății Orale în România – aspecte din timpul desfășurării campaniilor



# Campanii prilejuite de Ziua Mondială a Sănătății Orale în România – aspecte din timpul desfășurării campaniilor



# Campanii prilejuite de Ziua Mondială a Sănătății Orale în România – aspecte din timpul desfășurării campaniilor



## Campania 2018: scop și obiective

- Educarea populației privind legătura intrinsecă între sănătatea orală și sănătatea generală a organismului
- Încurajarea populației să adopte obiceiuri de igienă orală sănătoasă și să urmeze sfatul medicilor specialiști în domeniu
- Sensibilizarea populației, de orice vârstă, cu privire la sănătatea orală și a factorilor de risc
- Îmbunătățirea utilizării măsurilor eficiente de prevenție, atât la nivel individual cât și la nivelul comunității
- Încurajarea tuturor membrilor asociațiilor, guvernelor, organizațiilor neguvernamentale, mass-mediei și altor entități să folosească ocazia oferită de Ziua Mondială a Sănătății Orale de a organiza activități la nivel comunitar, național, regional și global, pentru îmbunătățirea sănătății orale.