Diabetes:

CONSEJOS SOBRE SALUD ORAL

La diabetes puede causar problemas graves en la boca. Sepa qué hacer para evitarlos.

Si usted tiene diabetes, asegúrese de cuidar su salud oral. Las personas con diabetes corren riesgo de tener infecciones en la boca, en particular, la enfermedad de las encías (enfermedad del periodonto). Esta enfermedad daña las encías y los huesos de la mandíbula (cuya función es sostener los dientes en su lugar) y puede causar mucho dolor al masticar. Quienes sufren una infección grave de las encías pueden perder los dientes. La enfermedad de las encías también podría dificultarle el control del azúcar (glucosa) en la sangre.

Otros problemas causados por la diabetes son la sequedad de la boca y una infección por hongos conocida como candidiasis bucal. La sequedad de la boca ocurre cuando no hay suficiente saliva (el líquido que mantiene húmeda la boca). Por otra parte, la diabetes puede aumentar el nivel de glucosa en la saliva. La combinación de estos problemas podría resultar en aftas, unas pequeñas úlceras blanquecinas que aparecen en la boca y que son dolorosas.

Usted puede tener encías y dientes sanos. A fin de controlar el nivel de glucosa en la sangre y prevenir la enfermedad de las encías, es importante cepillarse los dientes y usar hilo dental todos los días y hacerse exámenes periódicos. Si la diabetes no está bajo control, la posibilidad de tener problemas en su boca aumenta.

U.S. DEPARTMENT OF HEALTH AND HUMAN SERVICES
National Institutes of Health
National Institute of Dental and Craniofacial Research

Tome medidas para mantener la salud de su boca. Consulte al dentista cuando tenga problemas dentales.

Si tiene diabetes, tome las siguientes medidas:

- Controle el nivel de glucosa en la sangre.
- Cepíllese los dientes y use hilo dental todos los días.
- Vaya al dentista de forma habitual. No se olvide de avisarle que usted tiene diabetes.
- Informe al dentista si su dentadura postiza (dientes falsos) no le resulta cómoda o le duelen las encías.
- Deje de fumar. Fumar empeora la enfermedad de las encías. El médico o el dentista pueden ayudarlo a dejar de fumar.

Tómese unos minutos para inspeccionar su boca de forma habitual e identificar cualquier problema. A veces, las encías sangran al cepillarse los dientes o pasar el hilo dental. Es posible también que haya sequedad, dolor, manchas blanquecinas o un gusto desagradable en la boca. Cualquiera de estos malestares justifica una cita con el dentista.

Recuerde, el control adecuado de la glucosa en la sangre le ayudará a prevenir problemas en la boca.

For additional copies contact:

National Institute of Dental and Craniofacial Research
National Oral Health Information Clearinghouse
1 NOHIC Way
Bethesda, MD 20892–3500
(301) 402–7364 • www.nidcr.nih.gov

This publication is not copyrighted.
Make as many photocopies as you need.
Revised July 2003/OP–10