

# DIABETES CUIDADO DE LA SALUD ORAL



Cuando tienes diabetes, es importante mantener un buen cuidado oral para evitar infecciones y dolores, provocados por problemas dentales y en las encías. Además, mantener los niveles de glucosa controlados ayuda a reducir el riesgo de infecciones orales. Los niveles altos de glucosa o azúcar en la sangre pueden afectar los glóbulos blancos, los cuales ayudan a combatir infecciones que se puedan producir en la boca.

## ¿Por qué cuidar la salud oral?

La enfermedad de las encías (también conocida como "enfermedad periodontal") está relacionada con la diabetes y puede causar caries y/o provocar la pérdida de los dientes. Es por esto que debe estar alerta a los signos y síntomas que pueden ser:



- Mal aliento**
- Dientes sueltos y cambios en su posición**
- Enrojecimiento, inflamación o sangrado en las encías**
- Llagas en las encías**



# DIABETES

## CUIDADO DE LA SALUD ORAL



Para mantener una buena salud oral, debe seguir las siguientes recomendaciones:



### Visite a su dentista

- Revisión de rutina, cada seis meses
- Identificar problemas en los dientes y encías
- Tratamiento
- Educación, recomendaciones y aclarar las dudas que usted tenga



### Cree un plan

- Cuidado de los dientes que debe llevar a cabo diario
- Frecuencia con la que debe visitar al dentista
- Instrucciones de lo que debe hacer en caso de tener problemas con los dientes y/o encías



### Cuidado en el hogar

- Cepillarse los dientes dos o más veces al día
- Utilizar pasta dental con fluoruro y el hilo dental diariamente
- Limitar el consumo de alimentos y bebidas con alto contenido de azúcar
- Revisar con frecuencia su boca para identificar cualquier problema