

La diabetes y su boca

¿Sabías que la diabetes aumenta el riesgo de padecer enfermedades de las encías? Las personas con diabetes también tienen niveles más altos de glucosa (azúcares simples) en la saliva.



Esté atento a las señales

- Encías rojas, sensibles o inflamadas
- Encías sangrantes
- Encías que se separan de los dientes circundantes
- Mal aliento crónico o mal sabor de boca
- Dientes sueltos o que se separan unos de otros

Consulte a su dentista si experimenta alguno de estos síntomas.

Protégase

- **Controle su glucemia.** Cuanto más altos sean sus niveles de glucosa, más posibilidades tendrá de desarrollar problemas de salud bucodental.
- **Cepílese los dientes y use hilo dental todos los días.** Una buena defensa contra las bacterias ayuda mucho.
- **Visite regularmente a su dentista.** Dígale a su dentista que tiene diabetes y qué medicamentos está tomando.
- **Deje de fumar.** El tabaco y la diabetes son una combinación peligrosa que restringe el flujo sanguíneo a la boca.

Más de 34 millones de personas padecen diabetes en Estados Unidos. Esta enfermedad sistémica no solo afecta al nivel de azúcar en sangre, sino que también puede tener graves consecuencias para la salud dental.

Diabetes and your mouth

Did you know that diabetes increases the risk of gum disease? People with diabetes also have higher levels of glucose (simple sugars) in their saliva.



Look for warning signs

- Red, tender or swollen gums
- Bleeding gums
- Gums that separate from surrounding teeth
- Chronic bad breath or bad taste in your mouth
- Teeth that are loose or separating from each other

See your dentist if you experience any of these symptoms.

Protect yourself

- **Control your blood sugar.** The higher your glucose levels, the greater chance of developing oral health problems.
- **Brush and floss every day.** A strong defense against bacteria goes a long way.
- **Visit your dentist regularly.** Tell your dentist that you have diabetes and what medications you're taking.
- **Quit smoking.** A dangerous combination, smoking and diabetes restrict the blood flow to your mouth.

**More than 34 million people in the U.S. have diabetes.
This systemic disease affects more than your blood sugar it can also
have serious consequences for dental health.**