

# ¿Cómo el vapeo puede dañar los dientes?

El vapeo o los cigarrillos electrónicos actualmente no están aprobados por la FDA como ayuda para dejar de fumar y aún sus efectos están bajo estudio.

Pero no podemos ignorar que el vapeo puede promover enfermedades dentales, además de contener nicotina adictiva. Los cigarrillos electrónicos sin humo no contienen tabaco y tienen menos subproductos nocivos que los cigarrillos tradicionales. Sin embargo, tienen nicotina, que se ha comprobado que causa daño a los dientes y las encías porque reduce la capacidad de cicatrización de los tejidos bucales y aumenta los niveles de bacterias que causan caries.

Si bien la mayoría de las personas son conscientes del impacto negativo que el tabaquismo podría tener en la salud general, muchas no saben cómo afecta la salud oral.

## ¿Cómo sucede esto?

Las sustancias químicas dañan el tejido de la boca y garganta; esto facilita el ingreso de bacterias que pueden provocar una infección. Fumar también debilita la capacidad del organismo para combatir infecciones; incluida las infecciones de las encías.



Además de contribuir al desarrollo de una enfermedad de las encías, fumar puede aumentar el riesgo de contraer muchos otros problemas de salud bucal, tales como:

- 🦷 Dolor en la boca y caries
- 🦷 Pérdida de dientes (dos veces más probabilidad que los no fumadores)
- 🦷 Infección en la raíz del diente ( dos veces más probabilidad que los no fumadores)
- 🦷 Retraso en la recuperación del tejido de las encías después de una cirugía bucal o lesión en la boca
- 🦷 Reducción en la eficacia de los tratamientos para la enfermedad de las encías
- 🦷 Cáncer oral

## ¿Qué puede hacer?

Lo mejor que puede hacer por su salud bucal es dejar de fumar y consumir tabaco; y si aún no está fumando, ¡No comience el hábito de vapeo! Los fumadores deben visitar a su dentista con mayor frecuencia para asegurarse de no tener ningún problema. Si es fumador, trabaje con su médico y su dentista para encontrar el método que le ayudará a dejar de fumar de forma definitiva.

# How vaping can damage the teeth?

Vape or e-cigarettes are not currently approved by the FDA as a smoking cessation aid and their effects are still under study.

But we cannot ignore that vaping can promote **dental disease**, in addition to containing addictive nicotine. Smokeless e-cigarettes do not contain tobacco and have fewer harmful byproducts than traditional cigarettes. However, they do have nicotine, which has been proven to cause damage to teeth and gums by reducing the healing ability of oral tissues and increasing the levels of bacteria that cause tooth decay.

While most people are aware of the negative impact smoking may have on overall health, many are unaware of how it affects oral health.

## How does this happen?

Chemicals damage the tissue in the mouth and throat; this makes it easier for bacteria to enter and cause infection. Smoking also weakens the body's ability to fight infections. This includes gum infections.



In addition to contributing to the development of gum disease, smoking can increase the risk of many other oral health problems, such as:

- 🦷 Mouth pain and tooth decay
- 🦷 Tooth loss (twice as likely as non-smokers)
- 🦷 Tooth root infection (twice as likely as non-smokers)
- 🦷 Delayed recovery of gum tissue after oral surgery or mouth injury
- 🦷 Reduced efficacy of gum disease treatments
- 🦷 Cancer in the mouth

## What can you do?

The best thing you can do for your oral health is to quit smoking and if you're not already smoking, don't start a vape habit! Smokers should visit their dentist more often to make sure they don't have any problems. If you are a smoker, work with your doctor and dentist to find the method that will help you quit for good.

\*The information provided herein is for educational purposes only and not for diagnostic purposes. Delta Dental of Puerto Rico, Inc. does not endorse any brand of oral health products.

If you have any questions about coverage and limitations of services, please contact our call center. 1-866-622-6120. Delta Dental. (n.d.). *Cómo fumar afecta su salud dental.* <https://es.deltadentalins.com/wellness/healthy-habits/articles/tobacco-oral-health.html> Delta Dental. (n.d.). *Cómo el vapeo puede dañar los dientes.* <https://es.deltadentalins.com/wellness/healthy-habits/articles/quit-vaping-oral-health.html>