

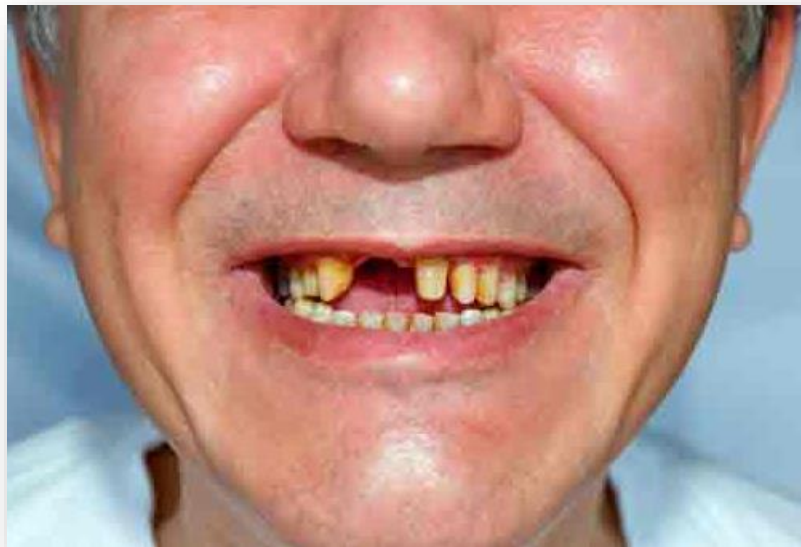
Cuidado Bucal Diabético



La diabetes es una enfermedad crónica que afecta a millones de personas en todo el mundo. Las personas con diabetes tienen un mayor riesgo de desarrollar problemas de salud bucal. Este folleto informativo para pacientes tiene como objetivo proporcionar información importante sobre el cuidado bucal para diabéticos para ayudar a los pacientes a mantener una buena salud bucal.

La relación entre la diabetes y la salud bucal

La diabetes puede aumentar el riesgo de desarrollar problemas dentales como enfermedad de las encías, caries, sequedad bucal e infecciones. Niveles altos de azúcar en sangre pueden provocar la acumulación de placa, que puede provocar inflamación de las encías y provocar enfermedades de las encías. La enfermedad de las encías puede causar dolor, hinchazón y sangrado en las encías, y puede acabar provocando la pérdida de dientes.



La diabetes también puede causar sequedad bucal (xerostomía), una condición en la que la boca no produce suficiente saliva. La saliva ayuda a eliminar partículas de comida y bacterias de la boca, por lo que la falta de saliva puede aumentar el riesgo de caries y enfermedades de las encías. Las infecciones también pueden ocurrir con mayor frecuencia en personas con diabetes, incluyendo infecciones fúngicas como la candidiasis, y infecciones bacterianas como abscesos de las encías.



Consejos para el cuidado bucal diabético

Existen varios pasos que las personas con diabetes pueden seguir para mantener una buena salud bucal.

Controlar los niveles de azúcar en sangre

El paso más importante para mantener una buena salud bucal es controlar los niveles de azúcar en sangre. Los niveles altos de azúcar en sangre pueden aumentar el riesgo de desarrollar problemas dentales, por lo que es importante controlar regularmente los niveles y seguir una dieta y un plan de ejercicio saludables según lo prescrito por tu médico.

Cepille y usa hilo dental regularmente

Cepillarse dos veces al día y usar hilo dental una vez al día puede ayudar a eliminar la placa y prevenir enfermedades de las encías. Es importante usar un cepillo de cerdas blandas y pasta de flúor. El uso del hilo dental ayuda a eliminar partículas de comida y placa entre los dientes y a lo largo de la línea de las encías.



Utiliza un enjuague bucal antiséptico

Un enjuague bucal antiséptico puede ayudar a eliminar bacterias y refrescar el aliento. Es importante elegir un enjuague bucal que no contenga alcohol, ya que el alcohol puede causar sequedad bucal e irritar las encías.

Visita a tu dentista con regularidad

Las revisiones dentales periódicas son importantes para mantener una buena salud bucodental. Tu dentista puede detectar signos tempranos de problemas dentales y proporcionar tratamiento antes de que se agraven. Se recomienda que las personas con diabetes acudan al dentista al menos dos veces al año.

Informa a tu dentista sobre tu diabetes

Es importante informar a tu dentista sobre tu diabetes y cualquier medicamento que estés tomando. Esta información puede ayudar a tu dentista a proporcionar el cuidado y tratamiento adecuados.

Conclusión

Mantener una buena salud bucal es importante para todos, pero especialmente para las personas con diabetes. La diabetes puede aumentar el riesgo de desarrollar problemas dentales, como enfermedades de las encías, caries, sequedad bucal e infecciones. Controlar los niveles de azúcar en sangre, cepillarse y usar hilo dental regularmente, usar un enjuague bucal antiséptico, visitar al dentista con regularidad e informarle sobre tu diabetes son pasos importantes para mantener una buena salud bucal. Si tienes alguna preocupación sobre tu salud bucal o necesitas información adicional, habla con tu dentista o profesional sanitario.