

# La diabetes y su boca



Más de 29 millones de personas en los Estados Unidos tienen diabetes<sup>1</sup>. Esta enfermedad sistémica afecta mucho más que su nivel de azúcar en la sangre; también puede tener graves consecuencias para su salud dental.

## Protéjase

**Controle su nivel de azúcar en la sangre.** Entre más altos sean sus niveles de glucosa, tendrá una mayor probabilidad de desarrollar problemas de la salud bucal.

**Cepílese y use hilo dental regularmente.** Una defensa firme contra las bacterias ayuda mucho.

**Consulte a su dentista con regularidad.** Dígale a su dentista que tiene diabetes y qué medicamentos toma.

**Deje de fumar.** El fumar y la diabetes son una combinación peligrosa que bloquea el flujo de sangre hacia la boca.

## Esté atento a las señales de alerta

- Encías rojas, hinchadas o sensibles
- Sangrado en las encías
- Encías que se separan de los dientes que las rodean
- Mal aliento crónico o mal sabor en la boca
- Dientes flojos o que se separan entre sí

**Consulte a su dentista si experimenta alguno de estos síntomas.**

**¿Sabía** que la diabetes aumenta el riesgo de padecer de una enfermedad de las encías? La saliva de las personas con diabetes también tiene niveles más altos de glucosa (azúcares simples).

<sup>1</sup> "National Diabetes Statistics Report, 2014" Centers for Disease Control and Prevention. <http://www.cdc.gov/diabetes/pubs/statsreport14/national-diabetes-report-web.pdf>