

La Diabetes y la Atención Odontológica

Por qué es importante la atención odontológica

Usted tiene mayores probabilidades de sufrir problemas en los dientes y las encías cuando tiene diabetes. Eso se debe al alto nivel de glucosa en la sangre.

Tener diabetes también lo hace más propenso a desarrollar infecciones. Y como todas las infecciones, las infecciones odontológicas pueden hacer subir el nivel de glucosa en la sangre.

Los vasos sanguíneos cambian a medida que usted va envejeciendo. Los dientes y las encías necesitan un buen suministro de sangre para combatir las infecciones en la boca. El cepillado regular y el uso del hilo dental ayudan a llevar un buen flujo de sangre a los dientes y las encías.



Qué puede pasar

Las bacterias (gérmenes) pueden crecer fácilmente en su boca. Se alimentan de las azúcares remanentes en su boca después de comer, y pueden causar infecciones.

Las infecciones bucales pueden ocasionarle la pérdida de sus dientes. También pueden causarle dolor al masticar. Si no son tratadas, pueden incluso propagarse a su corriente sanguínea.

Cuando sus niveles de glucosa en la sangre son altos, puede desarrollar infecciones micóticas o lesiones bucales (llamadas candidiasis o muguet oral). Quienes toman antibióticos y usan dentadura postiza también corren este riesgo.

Cuando usted no se limpia bien los dientes y las encías, puede presentarse la gingivitis, una enfermedad en las encías. Esto causa el enrojecimiento, la inflamación y el sangrado de sus encías cuando se cepilla los dientes.

Una infección más seria que se puede presentar es la enfermedad periodontal. Esta infecta el hueso y los tejidos blandos debajo de sus dientes. Si no es tratada, usted puede perder sus dientes alrededor de esta área.

La Diabetes y la Atención Odontológica

Prevención de problemas odontológicos

Trabaje con su equipo de atención de la salud para mantener su nivel de glucosa en la sangre tan cerca de los niveles normales como le sea posible. Siga estos pasos para prevenir problemas odontológicos:

- Visite a su odontólogo cada 6 meses para limpieza y exámenes de rutina. Recuérdele a su odontólogo cada vez que le visite, que usted tiene diabetes. Pregunte acerca de los mejores productos que puede usar. Y, pregunte si hay algo en especial que usted deba hacer.
- Cepíllese los dientes después de cada comida o al menos dos veces al día. Use cepillos de dientes de cerdas suaves. Un cepillo de dientes eléctrico también es apropiado. Cepíllese durante alrededor de 3 minutos en cada ocasión.
- Después de cepillarse los dientes y las encías, cepíllese suavemente el interior de sus mejillas y la superficie de la lengua. Esto puede ayudar a remover gérmenes que causan las infecciones y el mal aliento.
- Use el hilo dental todos los días. Esto se hace para remover la placa bacteriana (una película que se forma en sus dientes) y cualquier residuo de alimentos atrapado entre sus dientes y por debajo de la línea de las encías. El cepillado no puede llegar por sí sólo a estas áreas. Pídale a su higienista dental que le indique la manera correcta de usar el hilo dental.
- Reemplace su cepillo de dientes por lo menos cada tres meses. Dado que los gérmenes también pueden crecer en las cerdas, deseche su cepillo de dientes después de sufrir cualquier enfermedad o úlcera peribucal.
- Si usa dentadura postiza, manténgala muy limpia. Lávela diariamente con un cepillo especial para dentaduras postizas.
- No fume o use productos de tabaco sin humo. El uso de estos productos aumenta su riesgo de contraer infecciones.

