

# CUIDADO ORAL PARA LA PERSONA CON DIABETES



Las personas con diabetes deben prestar especial atención al cuidado de sus encías y dientes, ya que tienen un riesgo mayor de sufrir problemas de salud oral. Es común que no sientan dolor en la boca, pero de igual forma deben estar pendientes a las señales de advertencia que les envía su cuerpo.

## Señales de alerta

- Sensibilidad en las encías
- Encías que sangran al cepillarse o al usar el hilo dental
- Separación de las encías de los dientes, se puede llegar a ver la raíz del diente y éstos se ven más largos.
- Pus entre los dientes y las encías al presionarlas
- Mal aliento
- Dientes sueltos o separados
- Cambios en cómo le quedan las prótesis parciales o los puentes

## Enfermedades más comunes

**Gingivitis** – inflamación de las encías causada por acumulación de placa y bacterias.

**Periodontitis** – infección de las encías; ocurre como consecuencia de una gingivitis sin tratamiento. Es la causa principal de la pérdida de dientes en adultos.

**Aftas** – infección causada por hongos desarrollada en la boca.

**Sequedad en la boca** – puede ser causada por medicamentos o niveles altos de glucosa.

## Medidas preventivas

- Controlar los niveles de glucosa en la sangre
- Cepillarse los dientes, mínimo, dos veces al día y usar el hilo dental todos los días
- Visitar al dentista para chequeos regulares (cada seis meses)

Recuerda, cuida tu sonrisa controlando tus niveles de azúcar en sangre diariamente.