

Cuida tus encías, controla la diabetes.

¿Sabías que si tienes diabetes, tienes mayor riesgo de sufrir enfermedades en las encías?



1. Evalúe la salud de sus encías.

Si su médico le ha diagnosticado diabetes, es recomendable que su dentista o su periodoncista evalúe la salud de sus encías.

2. Realice una limpieza profesional de dientes y encías.

Si su dentista le diagnostica gingivitis o periodontitis, se debe realizar el tratamiento terapéutico y preventivo adecuado, mediante una "limpieza" profesional y/o raspado y alisado radicular.

3. Higiene diaria y revisión cada seis meses.

Una vez realizado el tratamiento adecuado de gingivitis o periodontitis, y para evitar que la enfermedad vuelva a aparecer, es necesario realizar:

- una higiene bucodental adecuada, al menos 2 minutos, al menos 2 veces al día.
- visitas periódicas de revisión y mantenimiento en la clínica dental, al menos 2 veces al año.

4. La periodontitis provoca la caída de los dientes.

Si su dentista le ha diagnosticado gingivitis o periodontitis, y no se realiza el tratamiento, la higiene y el mantenimiento adecuados, las enfermedades de las encías, aunque no duelen, pueden provocar la pérdida de los dientes y condicionar un peor control de la diabetes, si se padece.

5. El paciente de diabetes requiere de mayor atención odontológica.

Las evaluaciones profesionales periódicas de la salud bucodental son necesarias como parte de los cuidados de la diabetes, dado que las enfermedades de las encías pueden progresar sin dolor y sin síntomas evidentes, especialmente en el caso de los fumadores. El dentista detectará los primeros signos de enfermedad en las encías.

Escaneé este código con su teléfono móvil y verá cuales son las señales de alerta en el diagnóstico de las enfermedades periodontales.



6. La prevención es el mejor tratamiento.

Para evitar problemas de las encías, se debe realizar una higiene bucodental adecuada diaria.

Escaneé este código con su teléfono móvil y verá cuales son los consejos para la prevención de las enfermedades periodontales.



7. Ante cualquier síntoma, pregunte.

Hay algunos signos y síntomas que le pueden ayudar a sospechar que padece enfermedades en las encías: encía enrojecida con sangrado o inflamación, pus en las encías, mal sabor de boca, dientes "altos" (tocan antes al cerrar la boca), dientes "flojos" (se mueven o se desplazan), espacios entre los dientes, "sarro"...

Si nota alguna de estas alteraciones en su boca, consulte a su dentista.

Puede también evaluar usted mismo su riesgo de padecer gingivitis o periodontitis realizando el sencillo cuestionario Cuida tus Encías:

Escaneé este código con su teléfono móvil y podrá valorar on-line su riesgo de padecer enfermedades periodontales mediante el "Test de Salud Gingival" elaborado por SEPA.



8. Insista, ante cualquier alteración de su boca, pregunte e informe.

En personas con diabetes es frecuente que aparezcan otros problemas bucodentales, como sequedad o ardor de boca, infecciones por hongos o peor curación de las heridas.

En caso de sentir estos síntomas, debe informar también al dentista.

9. Mejor descartar la diabetes o detectarla cuanto antes.

Pese a no disponer de un diagnóstico claro de diabetes, puede existir riesgo de padecer diabetes. El dentista puede evaluar su riesgo, combinando un cuestionario con la evaluación de la salud de tus encías y, según los resultados, le puede recomendar que haga una evaluación médica para descartar diabetes o favorecer una posible detección lo antes posible.

10. Y lo más importante, el punto de partida: procure tener unos hábitos de vida saludables.

Pese a no disponer de un diagnóstico claro de diabetes, puede existir riesgo de padecer diabetes. El dentista puede evaluar su riesgo, combinando un cuestionario con la evaluación de la salud de tus encías y, según los resultados, le puede recomendar que haga una evaluación médica para descartar diabetes o favorecer una posible detección lo antes posible.

+información en: www.sepa.es

Promueve:



Colabora:



Apoya:

