



## Diabetes y la salud oral

La diabetes afecta a millones de norteamericanos todos los años. Si le han diagnosticado diabetes, puede que sepa que la enfermedad puede causar problemas en los ojos, los nervios, los riñones y el corazón, así como en otras partes del cuerpo. La diabetes puede reducir la resistencia a las infecciones y puede retrasar el proceso de cicatrización.

Los problemas de salud oral que más comúnmente se asocian con la diabetes son:

- la caries dental;
- la enfermedad periodontal (de las encías);
- la disfunción de las glándulas salivares;
- las infecciones de hongos;
- el liquen plano y reacciones liquenoides (enfermedad inflamatoria de la piel);
- las infecciones y la cicatrización lenta;
- el deterioro en el sentido del gusto.

Es importante mantener sus expedientes médicos al día. Déjele saber a su dentista lo siguiente:

- si le han diagnosticado diabetes;
- si la enfermedad está bajo control;
- si ha habido cualquier otro cambio en su historial médico;
- los nombres de todos los medicamentos con o sin receta que está tomando.

## LA DIETA Y LA CARIES DENTAL

Cuando la diabetes no es controlada apropiadamente, los altos niveles de glucosa en la saliva pueden ayudar a las bacterias a crecer muy bien. Cepillar los dientes con una pasta dental con fluoruro dos veces al día y limpiar entre los dientes con hilo dental o un limpiador interdental una vez al día ayuda a remover las bacterias que causan la placa dental.

La placa que no se remueve puede endurecerse (calcificarse) con el tiempo hasta formar sarro, o tártaro. Cuando el tártaro se acumula más arriba de la línea de las encías, se hace más difícil el cepillado cuidadoso y la limpieza entre los dientes. Se pueden crear las condiciones que conducen a la inflamación crónica y a las infecciones en la boca.

Como la diabetes reduce la resistencia del cuerpo a las infecciones, las encías son de los tejidos con probabilidades de ser afectados. Las enfermedades periodontales son infecciones de las encías y del hueso de soporte de los dientes.

La enfermedad periodontal tiene a menudo relación con el control de la diabetes. Por ejemplo, los pacientes con control insuficiente del azúcar en la sangre, parece que desarrollan la enfermedad periodontal más a menudo y con más



severidad, y pierden más dientes que las personas que tienen un buen control de su diabetes.

Visite a su dentista inmediatamente si nota alguno de los siguientes:

- encías que sangran fácilmente;
- encías rojas, hinchadas o sensibles;
- encías que se han separado de los dientes;
- pus entre los dientes y las encías cuando se presionan las encías;
- mal aliento o mal sabor persistente;
- dientes permanentes flojos o separándose;
- cualquier cambio en la mordida;
- cualquier cambio en el ajuste de las dentaduras parciales.

## **LAS INFECCIONES MICÓTICAS**

Las bacterias, los virus y los hongos existen normalmente en la boca. Las defensas naturales del cuerpo y la higiene oral regular generalmente los mantienen controlados. Sin embargo, en algunas situaciones, pueden proliferarse e impedir o derrotar las defensas del cuerpo.

La candidiasis oral, una infección micótica (de hongos) en la boca, aparentemente ocurre con más frecuencia en las personas con diabetes, incluyendo las que usan dentaduras. Si fuma, tiene niveles altos de glucosa en la sangre o si necesita tomar antibióticos con frecuencia, usted tiene mayores probabilidades de tener un problema con las infecciones micóticas en la boca.

La disminución del flujo salivar y un aumento en el nivel de glucosa en la saliva crean un ambiente atractivo para las infecciones micóticas como las aftas. Las aftas son unas manchas blancas (en ocasiones, rojas) en la boca y pueden ser dolorosas o se pueden convertir en úlceras. Pueden atacar la lengua causando una sensación dolorosa de ardor. Pueden además causar dificultar al tragar y afectar el sentido del gusto.

Su dentista le puede recetar medicamentos antimicóticos para tratar esta condición. La buena higiene oral es crítica.

## **PARA CUIDAR SUS DIENTES**

El cuidado preventivo de la salud oral, incluyendo las limpiezas profesionales en el consultorio dental, es importante si desea controlar la progresión de la enfermedad periodontal y otros problemas de salud oral. Los chequeos dentales y las revisiones periodontales regulares son importantes para evaluar la salud dental en general y para tratar los problemas dentales en sus comienzos. Su dentista puede que le recomiende que las evaluaciones y los procedimientos preventivos, como las limpiezas de los dientes, se hagan con más frecuencia para mantener una buena salud oral.

Escoja los productos de cuidado oral que desplieguen el Sello de Aceptación (*Seal of Acceptance*) de la Asociación Dental Americana, un importante símbolo de la seguridad y eficacia del producto cuando se utiliza como es indicado.



American Dental Association  
www.ada.org

Además de cepillarse dos veces al día y de usar el hilo dental o un limpiador interdental una vez al día, su dentista puede sugerirle que use una pasta dental o un enjuague bucal antimicrobiano para controlar la gingivitis.

Preste atención a los signos y a los síntomas de las enfermedades orales y comuníquese con el consultorio dental inmediatamente cuando surja un problema. Mantenga buena higiene oral en el hogar, siga las instrucciones de su médico en cuanto a la dieta y a los medicamentos, y programe chequeos dentales regulares para mantener una sonrisa saludable.

Preparado por la División de Comunicaciones de la ADA, en cooperación con *The Journal of the American Dental Association*. Al contrario de otras partes de *JADA*, esta página puede ser cortada, copiada y repartida a los pacientes sin obtener antes el permiso de reproducción de *ADA Publishing*, una división de *ADA Business Enterprises Inc.* Cualquier otro uso, copias o distribución, sea en forma impresa o electrónica, está estrictamente prohibido sin el consentimiento previo por escrito de *ADA Publishing*.

“Para el Paciente Dental” provee información general acerca de los tratamientos dentales para los pacientes dentales. Está diseñada para promover la discusión entre el dentista y el paciente acerca de las opciones de tratamiento y no sustituye la evaluación profesional del dentista basada en las necesidades y los deseos del paciente individual.

*JADA*, Vol. 133, septiembre 2002