Cuida tus **encías** Cuida tu **diabetes**



relacionan la diabetes y las enfermedades periodontales?

entre diabetes y enfermedades periodontales es bidireccional, es decir, que la diabetes aumenta el riesgo de sufrir enfermedades periodontales, y que las enfermedades periodontales pueden afectar a la diabetes, perjudi-

El 13,8% de la población española (aproximadamente 5,3 millones de personas), mayor de 18 años, sufre diabetes tipo 2. El 6% de la población española tiene diabetes pero no ha sido diagnosticada todavía. Respecto a las enfermedades periodontales, en España en adultos, solo el 10-15% tendría las encías sanas, el 50-60% tendría gingivitis, y el 25-38% periodontitis.

Una relación bidireccional



demia Amendaria de Períodoncia (2012).

Los mecanismos que explican esta relación bidireccional entre ambas son complejos: la activación del sistema inmune participa activamente en el origen y en la evolución de la diabetes mellitus y sus complicaciones, y también en las enfermedades periodontales.





¿Afecta la diabetes a la salud bucal y a la salud de las encías?

Un gran número de estudios ha demostrado que las enfermedades periodontales son más frecuentes y progresan más rápido en personas con diabetes, tanto de tipo 1 como tipo 2, respecto a personas sin diabetes. Esto ocurre de manera acusada en aquellos diabéticos con un mal control de su glucemia.

Por otro lado, el tratamiento convencional de las enfermedades periodontales consigue una mejoría similar tanto en personas con diabetes como sin diabetes

¿Afectan las enfermedades periodontales a la diabetes?

La diabetes es más frecuente en personas con enfermedades periodontales. Además, las enfermedades periodontales se asocian a un peor control de la glucemia en personas con diabetes.

Las enfermedades periodontales aumentan el riesgo de sufrir las complicaciones asociadas a la diabetes.

El tratamiento periodontal podría mejorar el control de la glucemia en personas con diabetes. Esta reducción es similar a la alcanzada por el uso de un segundo fármaco en el control de la diabetes.



...recomendaciones para pacientes en la consulta dental que tienen diabetes o se consideren en situación de riesgo de tener diabetes



- Las personas con diabetes tienen una mayor probabilidad de padecer enfermedades de las encías.
- Si el dentista detecta que tienes alguna enfermedad de las encias (gingivitis, periodontitis), se debe realizar el tratamiento adecuado, lo que podría requerir varias citas.



- Al igual que la diabetes, las enfermedades de las encías son crónicas y requieren mantenimiento durante toda la vida. Por ello, también es necesario limpiar los dientes y las encías de manera adecuada cada día, y acudir a las visitas periódicas de profilaxis profesional ("limpieza de boca") y revisión que se recomienden.
- Si no se realiza tratamiento, las enfermedades de las encias pueden provocar la pérdida de los dientes y también pueden hacer que la diabetes sea más difícil de controlar.



Diagnóstico precoz

- Las enfermedades en las encias pueden progresar sin demasiados síntomas aparentes (especialmente en fumadores).
- Si ahora tienes las encias sanas según la evaluación del dentista/periodoncista, se deben realizar evaluaciones periódicas bucodentales (al menos una vez al año), como parte de los cuidados de tu diabetes.
- Tu dentista si será capaz de detectar los primeros signos de enfermedad en las encías.



- El diagnóstico de certeza sólo lo puede realizar el dentista, por lo que en caso de presentar alguno de estos signos o síntomas deberá consultar para que valoren la situación y le aconsejen cómo actuar:
- · encía enrojecida, con sangrado o inflamación
- pus en las encías
- · mal sabor de boca
- · dientes más altos
- · dientes "flojos"
- · espacios cada vez mayores entre los dientes
- cálculo ("sarro") en los dientes



Diabetes no diagnosticada

- Si no tienes diabetes, pero tu dentista ha identificado la presencia de factores de blemas de las enclas, es importante realizar una evaluación médica.
- Realiza la visita al médico lo más rápidamente posible, y luego informa a tu dentista periodoncista sobre el resultado
- Esta visita médica puede incluir un análisis de sangre para ver si tienes diabetes y todavia no ha sido diagnosticada, y te podrán proporcionar una atención adecuada, según los resultados.



Control de los factores de riesgo

- Tanto para los cuidados de tu diabetes como de tus encías, es importante mantener tu boca y tu cuerpo lo más saludables posible, con los cuidados recomendados tanto por los médicos como los odontólogos.
- Si fumas, el único consejo posible es suprimir el tabaco.



