



# ¿Qué es la Diabetes y Cómo Puede Impactar Su Salud Oral?

**Aprenda más sobre este preocupante tema de salud y como puede afectar su boca**

La diabetes es una enfermedad crónica y de larga duración que afecta cómo el cuerpo convierte la comida en energía y su habilidad para administrar los niveles de azúcar en la sangre. La diabetes puede causar serios problemas de salud como enfermedades cardíacas, pérdida de visión, derrame cerebral, así como problemas de salud oral.



## ¿Cómo Afecta la Diabetes a su Boca?

- La diabetes puede causar sequedad en la boca, que puede derivar en caries.
- La diabetes también puede dificultar el sabor de los alimentos.
- Pequeños cortes o llagas dentro de la boca pueden infectarse más fácilmente con diabetes.
- Las encías pueden irritarse, hacerse más sensibles, y sangrar durante el cepillado de dientes o el uso del hilo dental. Estos son posibles signos del inicio de una enfermedad llamada gingivitis.
- Con el tiempo, las encías pueden separarse del diente, perder hueso, y los dientes pueden aflojarse o caerse.
- La enfermedad de las encías puede volverse más grave y dificultar el control de la diabetes.



## Cómo Mantener Su Boca Saludable

- Cepílese los dientes dos veces al día con pasta dental con flúor.
- Use hilo dental una vez al día.
- Visite al dentista dos veces al año para limpiezas, radiografías y chequeos.
- Informa a su dentista si tiene diabetes.
- Si las encías están rojas, inflamadas o sangran fácilmente, consulte al dentista. Estos pueden ser signos de enfermedad de las encías.
- Deje de fumar, ya que aumenta el riesgo de enfermedad de las encías y puede empeorar la diabetes.

Fuentes: <https://www.cdc.gov/oral-health/prevention/oral-health-tips-for-children.html>

Este proyecto cuenta con el apoyo de los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades del Departamento de Salud y Servicios Humanos de EE. UU. (HHS) como parte de una subvención financiera que asciende a \$3,420,000, financiada al 100% por CDC/HHS. El contenido es responsabilidad de los autores y no representa necesariamente las opiniones oficiales ni una aprobación por parte de CDC/HHS o del Gobierno de EE. UU.



**CONNECTICUT**  
Public Health  
[ct.gov/dph/oralhealth](https://ct.gov/dph/oralhealth)



Escanee para bajar las versiones en español, italiano, polaco, chino o portugués.