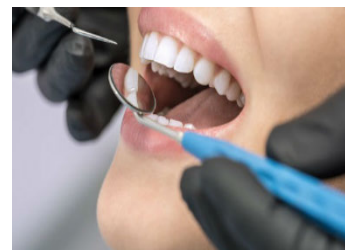


Salud Bucal

PLATICA DE 5 MINUTOS

¿Cuál es la conexión entre la salud bucal y la salud general?

Al igual que otras áreas del cuerpo, tu boca está llena de bacterias, en su mayoría inofensivas. Pero tu boca es el punto de entrada a tus vías digestivas y respiratorias, y algunas de estas bacterias pueden causar enfermedades.



Sin una higiene bucal adecuada, las bacterias pueden alcanzar niveles que pueden conducir a infecciones bucales, como caries y enfermedades de las encías.

Ciertos medicamentos, como los antihistamínicos, los analgésicos, los diuréticos y los antidepresivos, pueden reducir el flujo de saliva, que elimina los alimentos y neutraliza los ácidos producidos por las bacterias en la boca, lo que la protege de los microbios.

¿Qué afecciones se pueden relacionar con la salud bucodental?

Endocarditis. Esta infección del endocardio (corazón) ocurre cuando las bacterias u otros gérmenes de otra parte del cuerpo, como la boca, se propagan a través del torrente sanguíneo y se adhieren a zonas del corazón.

Enfermedad cardiovascular. Las investigaciones sugieren que la enfermedad cardíaca, las arterias obstruidas y el accidente cerebrovascular podrían estar relacionados con la inflamación y las infecciones bucales.

Complicaciones durante el embarazo y el parto. La periodontitis se ha relacionado con el nacimiento prematuro y el bajo peso al nacer.

Neumonía. Ciertas bacterias presentes en la boca pueden ser arrastradas hacia los pulmones y, en consecuencia, causar neumonía y otras enfermedades respiratorias.

También hay determinadas enfermedades que pueden afectar tu salud bucal, por ejemplo:

Diabetes. La enfermedad de las encías parece ser más frecuente y grave entre las personas que tienen diabetes. Personas que padecen enfermedad de las encías tienen más dificultad para controlar sus niveles de azúcar en la sangre.

Enfermedad de Alzheimer. El empeoramiento de la salud bucal se observa a medida que avanza la enfermedad de Alzheimer.

¿Cómo puedo proteger mi salud bucal?

Para proteger la salud bucal, practica una buena higiene bucal diariamente.

Reemplaza el cepillo de dientes cada tres a cuatro meses o antes si las cerdas están abiertas o gastadas.

Programa revisiones médicas y limpiezas dentales regulares.

Evita el consumo de tabaco.

“Ahora que lo sabes... Cuidate”

Elaborado por: Dra. Cindy Diaz