

# A DIABETE AFETA A SAÚDE BUCAL?

## Conselhos de saúde bucal para pessoas com diabetes

### Cuide dos seus dentes em sua casa

- Escove os dentes pelo menos três vezes por dia. Certifique-se de usar um creme dental antibacteriano que contenha flúor.
- Certifique-se de usar fio dental pelo menos uma vez por dia.
- Procure usar antisséptico antibacteriano (sem álcool) pelo menos uma vez ao dia. Isso ajudará a destruir as bactérias e controlar a placa.

### Certifique-se de...

- Avisar seu dentista que você tem diabetes.
- Ir ao dentista a cada 6 meses para uma limpeza dental (com mais frequência se ele recomendar).
- Avisar ao profissional se notar algum sintoma de enfermidade de gengivas, como sangramento ou inflamação.
- Se você necessitar de uma cirurgia dentária, pedir ao seu dentista que entre em contato com o seu médico. Pode ser necessário trocar a sua medicação para prevenir uma infecção.

## Em resumo...

*É fundamental cuidar dos seus dentes e gengivas se você tem diabetes. Isso ajudará a protegê-los durante toda a vida.*

- O nível de açúcar no sangue não controlado pode afetar os seus dentes e gengivas. Também pode aumentar a placa bacteriana.
- As pessoas com diabetes são 3 ou 4 vezes mais propensas a ter uma infecção nas gengivas.
- A diabetes torna as infecções mais resistentes, especialmente as das gengivas.
- As enfermidades das gengivas podem afetar o controle da diabetes.
- A ingestão de algumas bebidas para controlar a glicose, pode gerar erosão dentinária. Em virtude disto, consulte seu dentista para saber que conduta seguir.
- É conveniente que não se desenvolva nenhuma infecção extra na boca. Para isto, o cuidado deve ser exaustivo.

**Você quer mais informações sobre diabetes e saúde bucal? Consulte o seu dentista.**



A marca mais usada pelos dentistas no mundo



P&G - Janeiro/2011 - Imagens meramente ilustrativas.



A marca mais usada pelos dentistas no mundo

# A diabetes afeta a saúde bucal?

A diabetes pode afetar muitas partes do seu corpo, incluindo seus dentes e gengivas. O efeito é maior se não for controlado o nível de açúcar no sangue, sendo mais difícil atacar as infecções bacterianas.

## Formação de placa

A placa é uma camada clara e pegajosa de bactérias que se forma nos seus dentes. Se não for removida, pode levar a infecções como doenças das gengivas.

Se o seu nível de açúcar no sangue não é controlado com frequência, você poderia ter mais placa bacteriana do que a maioria das pessoas, isto é, estaria mais propenso a ter problemas bucais.



Formação de placa

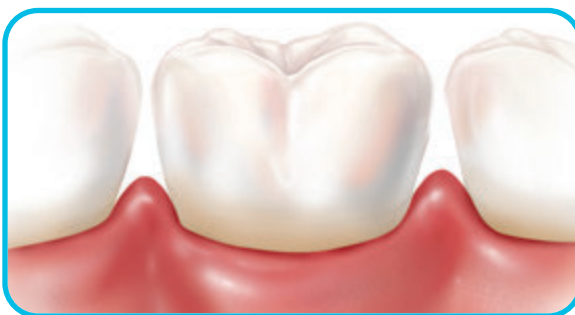
## Gengivite

A gengivite é um tipo de enfermidade das gengivas. É causada pela formação de placa e tártaro nos dentes e gengivas.

Se você tem diabetes, é mais complicado para o organismo controlar a placa. É por isso que as pessoas com diabetes são 3 ou 4 vezes mais propensas a contrair enfermidades nas gengivas.

Consulte o seu dentista se tiver algum destes sintomas:

- Gengivas avermelhadas
- Gengivas inflamadas
- Gengivas que sangram facilmente



Gengivas avermelhadas, inflamadas

## Enfermidade periodontal

Se não for tratada, a gengivite pode culminar em periodontite. Esta é uma forma mais séria de enfermidade das gengivas. Com o tempo, pode fazer com que as gengivas se separem dos dentes. Isto pode debilitar o osso ao redor do dente, causando o afrouxamento do dente.

## A saúde bucal também pode afetar a diabetes

Ter uma infecção ou uma enfermidade nas gengivas pode afetar o nível de açúcar no sangue. É por isso que se torna vital ter bons hábitos de cuidado bucal na sua casa. Isso ajudará você a proteger a sua saúde bucal e controlar a sua diabetes.



Certifique-se de usar o medidor de glicose no sangue. Isso ajudará a controlar o nível de açúcar no sangue e a proteger a sua saúde bucal.