



Perio
& Diabetes

Recomendaciones para pacientes y público general



Periodontitis y diabetes mellitus: un vistazo



La diabetes y la periodontitis son **enfermedades no transmisibles crónicas**, cuya prevalencia aumenta con la edad.



Existe una relación **bidireccional** (la una afecta a la otra) entre diabetes y periodontitis.



Si no se trata, la periodontitis provoca la **pérdida dentaria**.



La periodontitis puede ser fácilmente **diagnosticada** y **controlada** clínicamente. Con tratamiento regular de calidad, se pueden mantener los resultados clínicos.



Los pacientes con diabetes no bien controlada (tanto del tipo 1 como 2) tienen un aumento de **inflamación periodontal**, **destrucción ósea** y **pérdida de dientes**.



La presencia de periodontitis **eleva el riesgo** de pre-diabetes o de desarrollar diabetes tipo 2.



La presencia simultánea de periodontitis y diabetes eleva el **riesgo de complicaciones médicas severas** (afectación ocular o renal) e incluso mayor mortalidad que los que no tienen periodontitis.



El tratamiento periodontal en diabéticos **reduce, significativamente, los niveles de hemoglobina glicosilada (HbA1c)** durante 3 a 6 meses después de la terapia periodontal.



El diagnóstico precoz, prevención y manejo conjunto (médico y dentista) de la diabetes y periodontitis es de máxima importancia.



El tratamiento periodontal exitoso **tiene efecto significativo en la salud general** y debería tener cabida en el tratamiento de los pacientes diabéticos.



Recomendaciones para pacientes y público general

La enfermedad gingival y la diabetes están conectadas

La enfermedad gingival y la diabetes son enfermedades crónicas cuya prevalencia aumenta con la edad. Alrededor del 80% de las personas mayores de 35 años padecen algún tipo de molestia en las encías y cerca del 7% de la población sufre de diabetes, aunque en muchos casos esto pasa desapercibido.

Hay fuertes asociaciones entre las dos enfermedades. De hecho, hay una relación bidireccional entre la periodontitis (una forma grave de enfermedad periodontal) y la diabetes. Esto significa que las personas con periodontitis tienen un mayor riesgo de diabetes y los pacientes con diabetes son tres veces más propensos a desarrollar periodontitis.

Además de eso, controlar la diabetes es más complicado cuando un paciente también tiene periodontitis, y las personas que tienen diabetes y periodontitis tienen mayor riesgo de padecer ciertas complicaciones médicas graves, que incluyen enfermedad cardíaca, enfermedad renal crónica y retinopatía – que los diabéticos con salud periodontal.

La buena noticia es que el diagnóstico temprano, la prevención, y el manejo conjunto de ambas

condiciones, con la colaboración de médico y dentista, puede marcar una gran diferencia.

La periodontitis es fácil de diagnosticar y controlar, y el tratamiento periodontal exitoso reduce los niveles de azúcar en la sangre lo que significa que los pacientes con diabetes pueden evitar tener que tomar medicamentos adicionales.

Se aconseja a las personas con diabetes que realicen controles periódicos con un dentista y le proporcionen la información sobre su control de la diabetes y la medicación prescrita. Todo paciente con diagnóstico reciente de diabetes debe recibir un examen periodontal.

Los pacientes con diabetes o periodontitis necesitarán cuidado oral profesional de por vida y deben tener revisiones periodontales al menos anuales. El dentista e higienista podrán proporcionarle un programa de cuidado personalizado.

En casa, debe cepillarse los dientes durante un mínimo de dos minutos dos veces al día y limpiar entre los dientes con cepillos interdetales (o seda dental) una vez al día. Un estilo de vida saludable también ayudará a controlar tanto a la diabetes como a la enfermedad periodontal.

La periodontitis y la diabetes mellitus son afecciones generalizadas entre la población mundial



Diabetes mellitus
afecta a unos 463 millones de adultos

Su prevalencia: **aumenta constantemente**



Periodontitis
afecta a más del 50% de la población en los países europeos

750

Su prevalencia: **750 millones de personas en el mundo con formas severas**

Datos sobre la diabetes

- ✓ La diabetes es una epidemia global
- ✓ En 2017, la diabetes causó 4 millones de muertes en el mundo
- ✓ Se estima que existen 212 millones de personas con diabetes no diagnosticada

Datos sobre la periodontitis

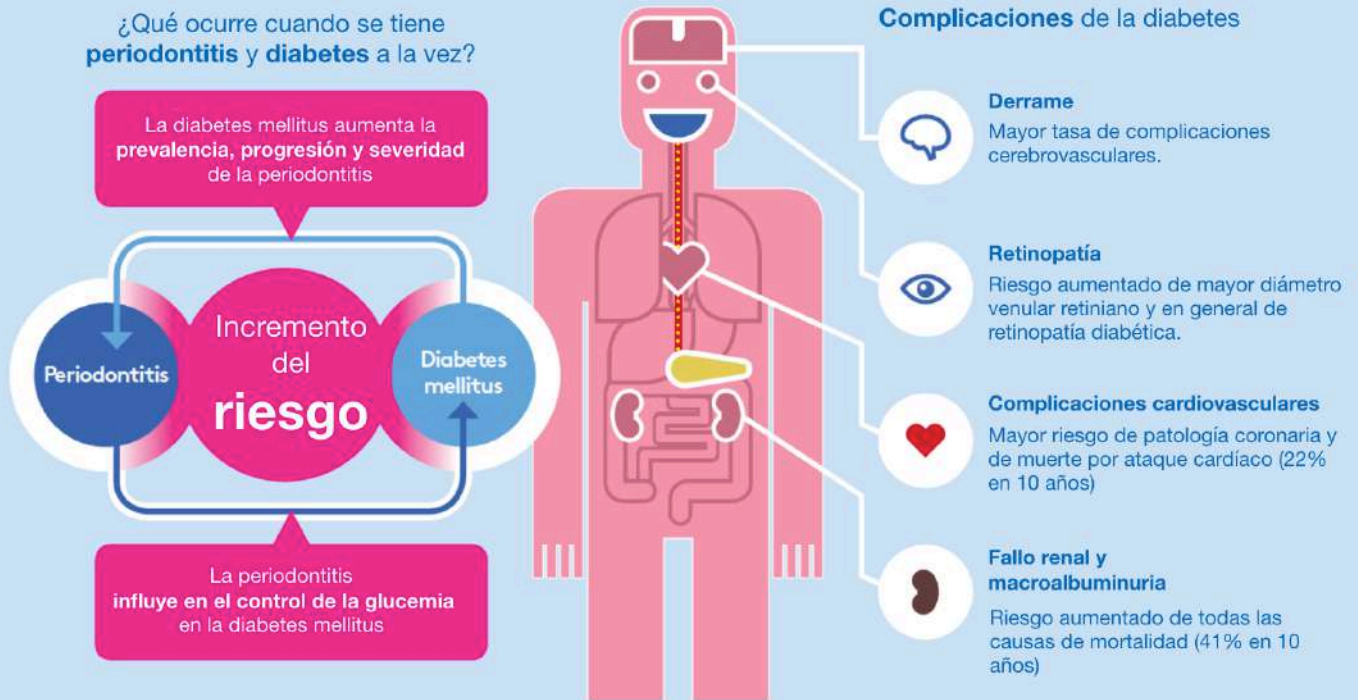
- ✓ Las enfermedades periodontales (gingivitis y periodontitis) son las enfermedades inflamatorias más frecuentes en el ser humano
- ✓ Si no se trata, la periodontitis causa la pérdida dentaria
- ✓ Si no se trata, las personas con periodontitis tienen un deterioro en la nutrición, el habla y la confianza en sí mismas y una peor calidad de vida
- ✓ La periodontitis se asocia a un mayor nivel de aterosclerosis, disfunción endotelial y mayores niveles de inflamación sistémica
- ✓ La periodontitis se diagnostica fácilmente y se controla clínicamente; con un tratamiento regular de apoyo de alta calidad, los resultados clínicos pueden mantenerse



Las enfermedades de las encías requieren de atención de por vida y cuidados profesionales.

¡Visite al dentista!

Periodontitis y diabetes mellitus: una **relación bilateral**



Evidencia de la asociación entre ambas enfermedades

Impacto de la diabetes en la periodontitis

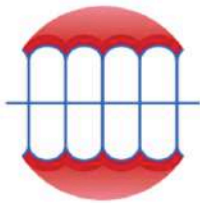
- ✓ La hiperglucemia está asociada a un mayor riesgo y severidad de periodontitis
- ✓ Existe una relación dosis-dependiente entre glucemia y destrucción periodontal
- ✓ Los pacientes diabéticos tienen un riesgo 3 veces superior de desarrollar enfermedad de las encías
- ✓ El control de la glucemia es más complicado cuando existe también periodontitis en el paciente
- ✓ Los pacientes diabéticos con buen control de su glucemia no desarrollan más periodontitis que los no diabéticos

Impacto de la periodontitis en la diabetes

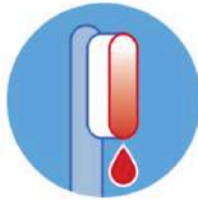
- ✓ Los pacientes con periodontitis presentan mayor riesgo de desarrollar prediabetes y diabetes
- ✓ Las personas con periodontitis severa tienen un riesgo aumentado de desarrollar diabetes tipo 2
- ✓ La periodontitis se asocia con un pobre control glucémico (HbA1C) y altos niveles de glucosa en sangre, tanto en diabéticos como en no diabéticos
- ✓ La resistencia a la insulina aumenta en aquellos que presentan periodontitis
- ✓ Aquellos con periodontitis y diabetes tipo 1 o 2, cuando se comparan con diabéticos sin periodontitis, tienen mayor riesgo de:
 - Complicaciones oculares (retinopatías)
 - Complicaciones renales (insuficiencia renal crónica)
 - Complicaciones cardiovasculares (patología cardíaca y cerebrovascular)
 - Mayor riesgo de mortalidad

Signos y síntomas de periodontitis

Consulte a un dentista si presenta los siguientes síntomas:



**Encías rojas
o inflamadas**



**Sangrado de
encías o
sangre en el
lavabo después
del cepillado
dental**



Mal sabor



**Dientes de
aspecto más
largos**



**Mal aliento
(halitosis)**



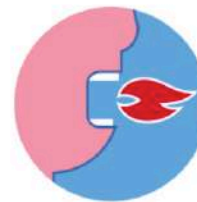
**Pérdida
dentaria**



**Espacios
abiertos entre
los dientes**



**Cálculo
(sarro)
en los dientes**



**Boca seca
y/o ardiente**

¿Cómo prevenir la enfermedad de las encías?

- ✓ Solicite una revisión dental dos veces al año
- ✓ Cepílese los dientes 2 veces al día (mínimo 2 minutos)
- ✓ Limpie entre los dientes a diario usando cepillo interdental, o seda dental si los espacios entre sus dientes son muy estrechos
- ✓ Siga un estilo de vida saludable con pocos azúcares refinados, consuma nutrientes antioxidantes, haga ejercicio físico, reduzca el estrés y no fume

Beneficios del tratamiento periodontal

- ✓ La terapia periodontal exitosa detiene la progresión de la enfermedad, estabiliza el nivel de hueso, disminuye los síntomas y prolonga la vida de los dientes
- ✓ La terapia periodontal reduce los niveles de moléculas inflamatorias circulantes en los pacientes diabéticos
- ✓ En los diabéticos, el tratamiento periodontal es seguro y efectivo
- ✓ La terapia periodontal reduce los niveles de HbA1C y de glucemia, tanto en diabéticos como en no diabéticos
- ✓ La terapia periodontal reduce los niveles de HbA1C y de glucemia y ayuda a evitar tener que tomar medicación adicional
- ✓ La terapia periodontal puede contribuir a reducir la morbilidad y mortalidad asociada a la diabetes

Puede pensar que que lo está haciendo bien, pero puede que no lo esté haciendo lo **suficientemente bien**

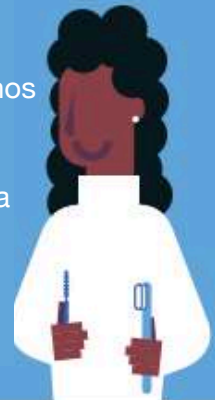
Mantenga su boca y su cuerpo tan sanos como sea posible.

Visite a su médico y dentista con regularidad



¿Qué debería hacer?

- Informe a su dentista de los resultados clínicos de sus visitas a su médico.
- Proporcione a su dentista los resultados de su control de glucemia y cambios en la medicación.
- Es importante mantener la boca y el cuerpo tan sanos como sea posible con un cuidado dental y médico regular.
- Si su médico le ha diagnosticado diabetes, pida cita con un dentista.
- No olvide su rutina dental diaria bucodental, incluyendo la limpieza interdental.



¿Qué hará el dentista?

- Su dentista le proporcionará consejos personalizados.
- Si tiene periodontitis siendo diabético necesitará tratamiento periodontal porque la diabetes de esta forma mejorará.
- Aunque no tenga periodontitis, debe seguir con las revisiones dentales periódicas como parte del control de su diabetes.
- Los pacientes diabéticos o con periodontitis, necesitan de atención bucodental de por vida.



La EFP agradece a Sunstar su apoyo y patrocinio sin restricciones.

SUNSTAR



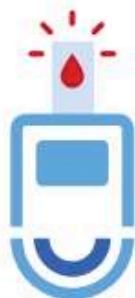
Cuide **sus encías**,
controle **su diabetes**.



visite a su médico
regularmente



visite a su dentista
periódicamente



controle su
diabetes



limpie sus dientes
2 veces al día



vigile su
peso



coma sano y
no fume

visite:

perioanddiabetes.efp.org