****

**Día mundial de la diabetes ¿Por qué es crucial la salud bucal?**

**Ciudad de México, 13 de noviembre de 2024.-** En el marco del Día Mundial de la Diabetes, la atención se centra en un aspecto poco conocido pero esencial: la salud bucal. Aunque la dieta y la medicación suelen ser el foco principal, el cuidado dental es igualmente esencial para el manejo de la diabetes. Descuidar la salud oral puede desencadenar complicaciones que afectan tanto la calidad de vida como el control de la enfermedad.

Un nivel alto de azúcar en la sangre aumenta el riesgo de enfermedades periodontales y ralentiza la cicatrización, favoreciendo las infecciones orales. Las encías inflamadas y la gingivitis, comunes en personas con diabetes mal controlada, pueden derivar en periodontitis y complicar el control de la glucosa.

**Recomendaciones clave para personas con diabetes:**

* **Higiene bucal completa:** Cepillarse al menos dos veces al día y utilizar irrigadores como Waterpik bucales ayuda a mantener una limpieza más efectiva, alcanzando áreas que el cepillo convencional no logra. Las enfermedades de las encías pueden desencadenar inflamación crónica, afectando la regulación de la glucosa y complicando el control de la diabetes.
* **Atención a los síntomas:** Signos como el sangrado de encías, mal aliento persistente y sensibilidad dental deben tomarse como advertencias para consultar a un dentista. Estas señales pueden indicar el inicio de condiciones más serias como la periodontitis.
* **Dieta y control de glucosa:** Una alimentación balanceada, baja en azúcares, y una buena hidratación contribuyen a la salud dental y al manejo de la diabetes.

La tecnología, como los irrigadores bucales, ha facilitado el cuidado dental, proporcionando una limpieza más profunda sin las complicaciones del hilo dental. Su uso es particularmente útil para las personas con diabetes, simplificando los cuidados necesarios y facilitando el manejo de la enfermedad. Estas herramientas permiten que las personas mantengan una rutina de higiene más sencilla y efectiva, en solidaridad con quienes enfrentan los desafíos diarios de esta condición.

El mensaje de este Día Mundial de la Diabetes es claro: integrar buenos hábitos de higiene oral es fundamental para mejorar la calidad de vida y el control de la diabetes. Adoptar prácticas de cuidado dental como parte de un enfoque integral de salud es un paso crucial en la gestión de esta enfermedad crónica.

Invitamos a la comunidad a informarse y sumar estos cuidados a su rutina diaria.

**\_\_\_\_\_\_\_**

Contactos de Prensa

Sharon Cano

[scano@bandofinsiders.com](mailto:scano@bandofinsiders.com)

55 1812 1582

Regina Páez

[rpaez@bandofinsiders.com](mailto:rpaez@bandofinsiders.com)

55 2323 8283