



Diabetes and Oral Health

◆ What is diabetes?

To answer that, you first need to understand the role of a hormone called insulin in your body. When you eat, your body turns food into sugars, or glucose. At that point, your pancreas is supposed to release insulin. Insulin serves as a “key” to open your cells, to allow the glucose to enter — and allow you to use the glucose for energy.

But with diabetes, this system does not work. In diabetes, the body has problems either using or making insulin. When the body doesn’t have enough insulin, it causes too much sugar to build up in your blood, which can cause damage to your heart and other parts of your body.

◆ Types of Diabetes:



Type 1 – the body does not produce insulin.

This form of diabetes usually develops in Young adults but can occur at any age.



Type 2 – the body does not produce enough insulin for proper function. This form of

diabetes usually occurs in people who are over 40, overweight, and have a family history of diabetes, although today it is increasingly occurring in younger people, particularly adolescents.



Gestational: A temporary condition during pregnancy.

◆ Symptoms shown by Children with Diabetes



Thirst



Frequent urination



Fatigue



Vision change



Weight loss



Fruity, sweet-smelling
breath

◆ Oral Care and Diabetes

If you are 4, 12, or 75 years old, if you have diabetes or not, you must take your dental care seriously.

There are more bacteria in your mouth right now than there are people on Earth. If those germs settle into your gums, they cause gum disease. Unfortunately, if you have diabetes, you are at higher risk for gum problems. Poor blood glucose control makes gum problems more likely.

Parents play a major role in effective diabetes management by helping children control their blood sugar levels, which is key to optimal oral health. To prevent oral health problems, children must follow a proper dental hygiene routine. It's important to reinforce the proper oral hygiene techniques with children at an early age. Motivate children and make brushing fun so they will look forward to maintaining healthy oral habits.

The best oral defenses for children with diabetes is practicing good oral hygiene and conscientious blood sugar control. You can practice good oral hygiene by always brushing your teeth twice a day with a fluoride toothpaste, cleaning between your teeth once a day with floss or another inter-dental cleaner, replacing your toothbrush every three or four months and by eating a balanced diet and limiting between-meal snacks. Don't forget to schedule regular dental check-ups to keep your smile, and yourself, healthy. These habits will help children establish the foundation of a lifetime of good oral health.

Having diabetes is living with diabetes and taking care of your health includes dental care. You will be rewarded with a healthy smile, teeth and gums.

References:

1. <https://www.colgate.com/en-us/oral-health/conditions/diabetes-and-other-endocrine-disorders/what-is-type-1-diabetes-0214>
2. <http://www.diabetes.org/living-with-diabetes/treatment-and-care/oral-health-and-hygiene/>
3. <https://www.mouthhealthy.org/en/az-topics/o/oral-health>
4. <http://manateecardio.com/services-treatments/diabetes-metabolic-disease-program/>
5. <http://www.who.int/mediacentre/infographic/diabetes/diabetes-infographic-part1.jpg?ua=1>





Diabetes y Salud Bucal

◆ ¿Qué es la diabetes?

Para responder a eso, primero debe comprender el papel de una hormona llamada la insulina en su cuerpo. Cuando come, su cuerpo convierte los alimentos en azúcares o glucosa. En ese punto, se supone que su páncreas libera insulina. La insulina sirve como una "llave" para abrir sus células, permitir que ingrese la glucosa— y permitirle usar la glucosa para obtener energía.

Pero con la diabetes, este sistema no funciona. En la diabetes, el cuerpo tiene problemas para usar o producir insulina. Cuando el cuerpo no tiene suficiente insulina, causa que se acumule demasiada azúcar en la sangre, lo que puede dañar el corazón y otras partes del cuerpo.

Tipos de diabetes:



Tipo 1- el cuerpo no produce insulina. Esta forma de diabetes generalmente se desarrolla en adultos jóvenes pero puede ocurrir a cualquier edad.



Tipo 2 - el cuerpo no produce suficiente insulina para el funcionamiento correcto. Esta forma de diabetes generalmente ocurre en personas mayores de 40 años, con sobrepeso y con un historial familiar de diabetes, aunque hoy en día se está dando cada vez más en personas más jóvenes, especialmente adolescentes.



Gestacional: una condición temporal durante el embarazo.

Los niños con diabetes pueden presentar los siguientes síntomas:



Sed



Orinando frecuente



Fatiga



Cambio de visión



Pérdida de peso.



Aliento afrutado con olor dulce.

CUIDADO BUCAL Y DIABETES

Si tiene 4, 12 o 75 años, si tiene diabetes o no, debe tomar en serio su cuidado dental.

Ahorita hay más bacterias en su boca que personas en la tierra. Si esos gérmenes se asientan en sus encías, causan una enfermedad de las encías.

Desafortunadamente, si tiene diabetes, corre un mayor riesgo de tener problemas de encías. Un mal control de la glucosa (azúcar) en la sangre hace que los problemas de encías sean más probables.

Los padres juegan un papel importante en el control efectivo de la diabetes ayudando a los niños a controlar sus niveles de azúcar en la sangre, lo cual es clave para una salud oral óptima. Para prevenir problemas de salud oral, los niños deben seguir una rutina de higiene dental adecuada. Es importante reforzar las técnicas adecuadas de higiene oral con los niños a una edad temprana. Motive a los niños y haga cepillándolos divertido para que tengan ganas de mantener hábitos orales saludables.

Las mejores defensas orales para los niños con diabetes son practicar una buena higiene oral y un control concienzudo del azúcar en la sangre. Puede practicar una buena higiene bucal siempre cepillándose los dientes dos veces al día con una pasta dental fluorada, limpiándose entre los dientes una vez al día con hilo u otro limpiador interdental, reemplazando su cepillo de dientes cada tres o cuatro meses y comiendo una dieta equilibrada y limitando - bocadillo entre comidas. No se olvide de programar chequeos dentales regulares para mantener su sonrisa, y usted mismo, saludable. Estos hábitos ayudarán a los niños a establecer la base de una vida de buena salud oral.

Teniendo diabetes es vivir con diabetes y cuidar su salud incluye atención dental. Serás recompensado con una sonrisa, dientes y encías sanos.

Fuentes:

1. <https://www.colgate.com/en-us/oral-health/conditions/diabetes-and-other-endocrine-disorders/what-is-type-1-diabetes-0214>
2. <http://www.diabetes.org/living-with-diabetes/treatment-and-care/oral-health-and-hygiene/>
3. <http://www.mouthhealthy.org/en/az-topics/o/oral-health>
4. <http://manateecardio.com/services-treatments/diabetes-metabolic-disease-program/>
5. <http://www.who.int/mediacentre/infographic/diabetes/Diabetes-infographic-part1.jpg?ua=1>

