

LO QUE ES BUENO PARA SUS ENCÍAS PUEDE SER BUENO PARA SU CORAZÓN



Informarse sobre la enfermedad de las encías puede ayudarle a tener un corazón sano.

¿Sabía que las personas con enfermedad de las encías pueden tener un mayor riesgo de sufrir enfermedades cardíacas?* Además, se pueden acumular sustancias inflamatorias (la respuesta natural del cuerpo a la infección) en el torrente sanguíneo, lo que hace que la enfermedad cardíaca empeore.**

Un mejor estado de salud empieza por la boca

Las enfermedades cardíacas son la principal causa de muerte en los Estados Unidos.*** La buena noticia es que puede ayudar a su corazón y reducir su riesgo de desarrollar enfermedad de las encías si se cepilla los dientes y usa hilo dental todos los días.

Es posible que no note la enfermedad de las encías inmediatamente. Así que recuerde visitar al dentista para que le realice un examen y una limpieza dos veces al año, o según lo que su dentista le recomiende. Aunque crea que se está cepillando bien los dientes y pasándose bien el hilo dental, la placa puede permanecer en la boca. Y la placa puede endurecerse y convertirse en una sustancia más peligrosa llamada sarro. Solo un profesional dental puede quitar el sarro y la placa que quizás usted no logre quitarse en su hogar.

Trate de tener encías saludables para el corazón

Es simple.

- › Cepílese dos veces al día
- › Pásese hilo dental una vez al día, preferentemente por la noche, ya que el cepillo no llega a limpiar entre los dientes
- › Realícese controles dentales con regularidad

Signos de advertencia de enfermedad de las encías

- › Enrojecimiento, inflamación o sensibilidad de las encías
- › Sangrado al cepillarse o pasarse hilo dental
- › Encías retraídas
- › Dientes flojos o separados
- › Mal aliento que no desaparece

* American Academy of Periodontology. Gum Disease and Heart Disease. (n.d.). Obtenido el 23 de diciembre de 2016, de https://www.perio.org/consumer/heart_disease.

** Harvard Health Blog. Treating gum disease may lessen the burden of heart disease, diabetes, other conditions. (23 de julio de 2014). Obtenido el 23 de diciembre de 2016, de <http://www.health.harvard.edu/blog/treating-gum-disease-may-lessen-burden-heart-disease-diabetes-conditions-201407237293>.

*** Centers for Disease Control and Prevention, "Leading Causes of Death", 7 de octubre de 2016. Obtenido de <http://www.cdc.gov/nchs/fastats/leading-causes-of-death.htm>.

Contigo paso a paso.®



Este documento es proporcionado por Cigna únicamente con fines informativos para promover la salud de los afiliados. No constituye asesoramiento médico ni tiene por objeto reemplazar la atención dental apropiada brindada por un dentista. Cigna no asume responsabilidad alguna por ninguna circunstancia que surja del uso, el uso indebido, la interpretación o la aplicación de ninguna información proporcionada en este documento. Consulte siempre a su dentista para recibir el tratamiento, las pruebas, las recomendaciones de atención y los exámenes adecuados.

Todos los productos y servicios de Cigna son brindados exclusivamente por subsidiarias operativas de Cigna Corporation, o a través de ellas, que incluyen a Cigna Health and Life Insurance Company, Connecticut General Life Insurance Company, Cigna HealthCare of Connecticut, Inc., y Cigna Dental Health, Inc. y sus subsidiarias. El nombre de Cigna, el logo y otras marcas de Cigna son propiedad de Cigna Intellectual Property, Inc.