



3 Razones por las que debes cuidar tus dientes

Medicina, 01/06/2018



La primera y mas obvia razón de todas , es el simple hecho de que solo tenemos una dentadura disponible por el

resto de nuestras vidas. Esta debería ser razón suficiente para prestarle atención a nuestra salud dental, pero si no lo es, aquí les dejo algunas razones más por las cuales deberías cuidar de tus dientes, yendo frecuentemente a un odontólogo, [Dentista San Sebastián](#), o el profesional de tu preferencia.

Tus dientes cumplen roles esenciales en tu salud general:

Los dientes son una parte muy importantes de tu boca. Primero que nada es lo primero que ve cualquier persona al mirarte, son una gran parte de tu belleza natural. Sin ellos tu rostro no s podría sostener de la misma manera que se lo hace; son la base de parte de tu estructura facial.

Por otro lado, los dientes te ayudan a disfrutar de uno de los placeres mas grandes de la vida, comer. Si no tuvieses una dentadura fuerte, tendrías muchísimas restricciones en los alimentos que podrías comer. No solo son una parte esencial del proceso de alimentación, sino eu también te ayudan a hablar y modular propiamente todas las letras del alfabeto.

2. La salud de tus dientes afecta tus encías y mandíbula.

Dientes, encías y mandíbula, son partes de tu cuerpo que trabajan juntas para lograr de la mejor manera todas las tareas que mencionamos antes. El minuto que empiezas a tener problemas en la dentadura, estos se pueden esparcir fácilmente a las encías. Por ejemplo, si tienes una carie sin tratar en un diente, puede causar problemas de inflamación en las encías (el primer paso a alguna enfermedad periodontal).

Las enfermedades sin tratar en los dientes pueden resultar en la caída de los mismo. La pérdida de dientes tiene efectos secundarios en la mandíbula. La mandíbula esta constantemente generando tejido nuevo para hacer el hueso mas fuerte y cuando falta un diente en esta area, la mandíbula empieza a desgastarse en ese sector rápidamente. Perder tejido de la mandíbula puede resultar en una deformación en la forma de la mandíbula y finalmente tu rostro.

3. La salud dental puede tener efectos en el resto de tu cuerpo.

Otro detalle que solemos olvidar, es el hecho de que la salud dental tiene efectos importantes en el bienestar general. Si no cuidas tus dientes puede experimentar numerosos problemas de salud provenientes del mal cuidado de tu boca. Existen muchos problemas de salud relacionados a una mala higiene bucal, incluso problemas en el corazón.

Cuando uno no lleva una buena higiene bucal, la boca suele tener mucha mas bacteria. Si esta bacteria logra entrar en tu sistema sanguíneo, puede llegar al corazón y resultar en insuficiencia cardiaca.

La gente con problemas de higiene bucal también suelen ser mas susceptibles a la demencia, debido a los efectos secundarios en el sistema respiratorio.

Si tienes diabetes, una buena higiene bucal es aun mas importante, ya que con una mala higiene oral, se puede volver mas difícil controlar la glucosa en la sangre. Esta es una de las razones por las que la mayoría de los doctores recomiendan a sus pacientes diabéticos cuidar de su higiene bucal.

Cuidar de tus dientes es un factor muy importante de la vida, sobre todo si no quieres terminar necesitando dentaduras o cualquier otro tipo de sustitutos dentales. Si quieres saber mas de tu caso en particular y la mejor manera de cuidar de tus dientes, contacta con tu dentista de preferencia y consulta con un profesional.