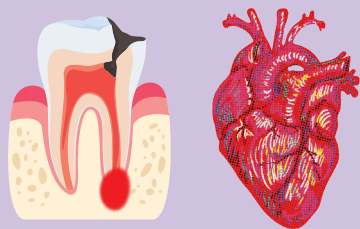


# LA SALUD DE SU BOCA Y SU CORAZÓN ESTÁN CONECTADAS



Henry Schein Cares<sup>®</sup>  
FOUNDATION

**Prevention  
is Power™**  
TAKE CHARGE OF YOUR HEALTH



## CONOZCA LOS RIESGOS

**2 de cada 5  
adultos padecen  
enfermedades  
de las encías**

## SI PADECE UNA ENFERMEDAD DE LAS ENCÍAS, TIENE:

- ▶ **El doble de probabilidades** de sufrir un ataque al corazón
- ▶ **Tres veces más posibilidades** de sufrir un derrame cerebral

Y el riesgo aumenta a partir de los 65 años



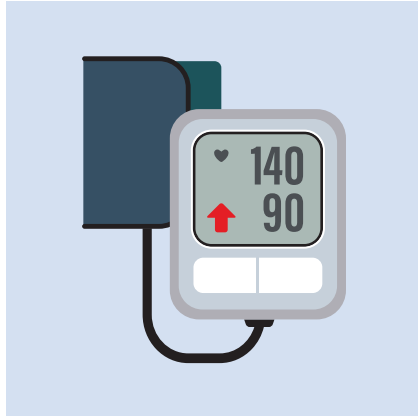
## Conexión Entre Los Dientes, Las Encías y la Salud Cardíaca



Las enfermedades de las encías y las caries pueden acarrear graves problemas para la salud cardíaca.

- ▶ Los gérmenes en la boca ingresan al torrente sanguíneo y pueden aumentar la placa en las arterias del cuello y el corazón; estas obstrucciones pueden provocar infartos y ataques al corazón.
- ▶ Los gérmenes en la boca pueden desencadenar una inflamación que inflame los vasos sanguíneos, reduzca el flujo sanguíneo y aumente el riesgo de coágulos.





## La Hipertensión y la Salud de su Boca

La hipertensión no solo afecta su salud cardíaca, sino que también la de los dientes y encías.

- ▶ Los cambios en el flujo sanguíneo pueden afectar la salud de las encías.
- ▶ Si padece de hipertensión, hable de sus riesgos personales con su médico, y sométase a pruebas de detección de otros problemas de salud.

# ACTÚE POR SU SALUD DENTAL Y CARDÍACA

### COSAS QUE HACER TODOS LOS DÍAS

- Cepíllate los dientes al menos dos veces al día y limpie entre los dientes
- Limite el consumo de alimentos y bebidas azucarados que pueden dañar los dientes
- Siga una dieta sana y balanceada
- Evite fumar o vapear
- Tome sus medicamentos según lo prescrito

### VISITE A SU MÉDICO

- Para que le tomen la presión al menos una vez al año
- Consulte por la relación entre la salud de los dientes, las encías y el corazón
- Consulte si sus medicamentos tienen efectos secundarios
- Consulte sobre otras revisiones médicas recomendadas y sobre lo que puede hacer en casa para mejorar su salud

### VISITE A SU ODONTÓLOGO \*

- Para una limpieza al menos dos veces al año
- Hable de sus encías, dientes y aliento. Dígale si ha notado algún cambio, sangrado o molestia
- Comparta su historial médico y los medicamentos que toma actualmente
- Pregunte si le recomiendan algún plan de tratamiento especializado

*\*Puede que le remitan a un especialista para recibir atención adicional*

### PARA MÁS INFORMACIÓN



Obtenga más información sobre 'La prevención es poder'



Recursos de cuidado a la salud

FUNDACIÓN HENRY SCHEIN  
CARES LA PREVENCIÓN  
ES PODER PARTNERS



SOCIOS DE  
IMPLEMENTACIÓN



NATIONAL ASSOCIATION OF  
Community Health Centers\*



GRADUATE SCHOOL OF  
PUBLIC HEALTH & HEALTH POLICY