Salud oral e hipertensión

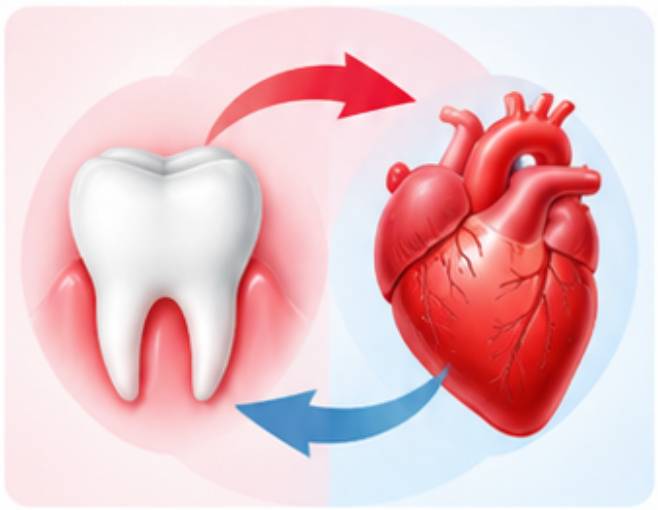
Salud oral e hipertensión





Gingivitis

El primer síntoma de la enfermedad de las encías se produce cuando las bacterias presentes en la boca provocan que las encías se inflamen y sangren. Estos síntomas se conocen como inflamación y pueden extenderse a otras partes del cuerpo.



Cuidado de dientes y encías

El cuidado de los dientes y las encías es importante para la salud cardíaca. La inflamación está presente tanto en la enfermedad de las encías como en las enfermedades cardíacas. Ambas afecciones comparten además causas subyacentes como la edad, el tabaquismo, los antecedentes familiares, el estrés, una alimentación deficiente y la obesidad.



Controla tu presión arterial

Además de llevar una dieta y un estilo de vida saludables, controla tu presión arterial para mantener la salud del corazón. Los buenos hábitos de higiene bucal diarios y las visitas periódicas al dentista son importantes tanto para tu boca como para tu corazón.

Salud Oral y **Corazón**

CONSEJO DENTISTAS
ORGANIZACIÓN COLEGIAL DE DENTISTAS DE ESPAÑA

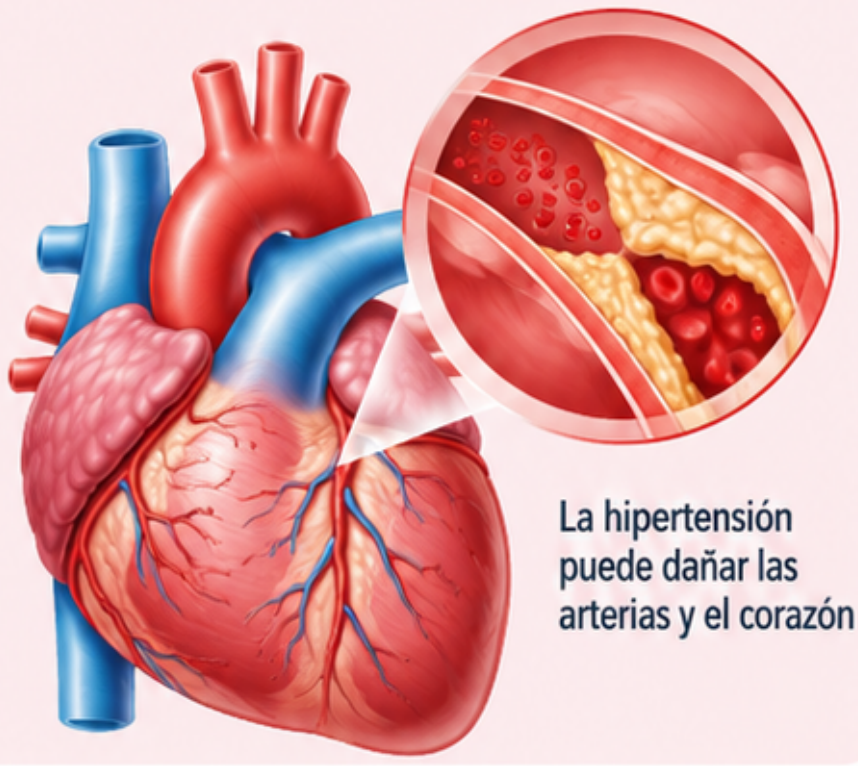
FDE
Fundación Dental Española

Tensión arterial

La presión arterial es la fuerza que ejerce la sangre contra las paredes de las arterias. La presión arterial se expresa con dos cifras. La cifra superior indica la presión cuando el corazón late (**sistólica**). La cifra inferior indica la presión cuando el corazón está en reposo (**diastólica**).

Una presión arterial alta aumenta el riesgo de:

- Infarto
- Ictus (derrame cerebral)
- Patología renal
- Otras patologías graves



La hipertensión puede dañar las arterias y el corazón

LAS CIFRAS NORMALES

SISTÓLICA POR DEBAJO DE	DIASTÓLICA POR DEBAJO DE
120 mmHg	**80** mmHg

Controla periódicamente tu tensión arterial a través de un profesional sanitario (médico, dentista o personal de enfermería)