



¿POR QUÉ ES IMPORTANTE NO FUMAR Y USAR ENJUAGUE BUCAL PARA CUIDAR TU SALUD DENTAL?

Fumar daña el sistema inmunológico del cuerpo, lo que hace que al cuerpo le cueste más trabajo sanar los tejidos, incluyendo los de la boca. Los Centros para el Control y Prevención de Enfermedades de Estados Unidos (CDC) señalan al **tabaquismo** como un **factor de riesgo para desarrollar enfermedad de las encías**, mientras que la Asociación Dental de Estados Unidos (ADA) advierte que las **personas que fuman pueden experimentar una curación lenta después de un procedimiento dental**.

Asimismo, fumar afecta la apariencia de la boca, lo que lleva a que los dientes y la lengua adquieran un tono amarillento, y puede causar mal aliento.

A esto se suma que, **algunos estudios, indican que ciertos enjuagues bucales pueden beneficiar la salud bucal**. Por ejemplo, una revisión descubrió que **el enjuague bucal que contiene clorhexidina, un ingrediente antibacteriano, ayuda a controlar la placa y la gingivitis**. Por otra parte, un metaanálisis reveló que los **enjuagues bucales con ciertos aceites esenciales también son efectivos**.

Es posible que desees preguntarle a tu dentista cuál es el mejor enjuague bucal para tus necesidades individuales. Cabe resaltar que **un enjuague bucal no puede sustituir el cepillado correcto y el uso de hilo dental, pero puede complementar dichas prácticas**.

Los enjuagues bucales que pueden ayudar con el mal aliento y los problemas dentales se encuentran disponibles tanto en tiendas o farmacias físicas como en línea.

CLICKISALUD

Síguenos en nuestras redes sociales

