



ORAL HEALTH KANSAS
ADVOCACY • PUBLIC AWARENESS • EDUCATION

TIPS AND TRICKS SERIES

Tabaco y su Salud Bucal

Cómo el tabaco afecta su boca y pasos sencillos para proteger su salud bucal.

Por qué es importante:

- El tabaco daña los dientes, las encías y los tejidos blandos de la boca.
- Aumenta mucho el riesgo de cáncer de boca y enfermedad de las encías.
- El cáncer de boca a menudo se detecta tarde, cuando es más difícil de tratar.

Qué hacer:

- La mejor protección es no usar tabaco.
- Visite al dentista con regularidad para que los problemas se detecten a tiempo.
- Dígle a su dentista o higienista dental si usa tabaco.
- Busque ayuda si quiere dejar de usar tabaco: el apoyo facilita dejarlo.

Qué evitar:

- Pensar que cepillarse los dientes o usar enjuague bucal puede eliminar el mal aliento causado por el tabaco.
- Ignorar llagas, bultos o cambios de color en la boca.
- Usar tabaco sin humo: también puede causar caries y pérdida de dientes.

Consulte a un profesional dental si...

- Tiene llagas, manchas o dolor en la boca que no desaparecen.
- Sus encías sangran, los dientes se sienten flojos o el mal aliento continúa.



Datos rápidos

- Fumar un solo cigarrillo expone su boca a miles de sustancias químicas dañinas.
- El uso de tabaco aumenta el riesgo de cáncer, enfermedad de las encías y pérdida de dientes.

¿Listo para dejar de usar tabaco?

Hay ayuda gratuita disponible para los residentes de Kansas. Llame al 1-800-QUIT-NOW (1-800-784-8669) o visite www.ksquit.org.