

Para gozar de una buena salud generales fundamental cuidar la boca

21/11/2023

La salud bucodental es una de las asignaturas pendientes en materia sanitaria a escala global. Según la Organización Mundial de la Salud (OMS), las enfermedades que afectan a esta parte del organismo han mantenido la misma prevalencia desde los últimos 30 años y figuran entre las patologías no transmisibles con más afectados en el mundo. De hecho, llega a estimar que hay más de 3.500 millones de personas con enfermedades bucales no tratadas y que el 45% de pacientes con caries, periodontitis o que han perdido los dientes por diferentes causas no ha experimentado cambio alguno.

Es por esta razón que la propia OMS ha catalogado la salud bucal como un "tema prioritario" en su agenda y, en estos momentos, quiere enfocarlo de una forma preventiva en cualquiera de las iniciativas y campañas que lleve a cabo en el futuro. Pues, como ellos mismos afirman y la evidencia ha demostrado, la mayoría de las afecciones de salud bucodental son prevenibles en gran medida y pueden tratarse en sus etapas iniciales.

La boca no es un sistema aislado y una mala higiene puede provocar problemas tanto en la cavidad bucal como en el resto del cuerpo en general. En este sentido, cabe señalar que la gingivitis, que puede derivar en periodontitis si no se controla, puede aumentar la posibilidad de sufrir enfermedades sistémicas, como diabetes o cardiopatías, e incluso agravarlas cuando ya las padecemos.

Ambas patologías guardan una dirección bidireccional y, por tanto, la prevención juega un papel fundamental para evitar o, al menos, contener su avance. En España, una de cada dos personas padece gingivitis; una patología especialmente

peligrosa porque se normaliza entre los pacientes, que comúnmente no ven alarmante la inflamación o el sangrado de encías.

Con todo, desde Vitis advierten que la gingivitis puede revertirse si realizas visitas regulares al odontólogo y empleas una pasta y un colutorio adecuados. Por ello, aconsejan decantarse por productos con principios activos antisépticos y antiplaca, como el cloruro de cetilpiridinio (CPC), que ayuda a reducir la inflamación y evita que se acumule de nuevo la placa bacteriana, foco del problema.

Se sigue el mismo procedimiento en el caso de la periodontitis, donde a mayor severidad, mayor riesgo de desarrollar diabetes. “En su forma más grave, las encías pueden separarse de los dientes y del hueso de sostén, haciendo que los dientes se aflojen y, a veces, caigan”, indica la OMS, que añade que las periodontitis graves afectan aproximadamente al 19% de los adultos, lo que representa más de mil millones de casos en todo el mundo. “Sus principales factores de riesgo son la mala higiene bucodental y el consumo de tabaco”, ratifica la misma organización.