

O.J.D.: 105470  
E.G.M.: 271000  
Tarifa: 46515 €  
Área: 2382 cm2 - 230%

**A TU SALUD**  
SUPLENTE DE ALIMENTACIÓN, VIDA SANA Y BIENESTAR DE LA RAZÓN

Fecha: 08/06/2014  
Sección: SALUD  
Páginas: 1,4-5



# SALUD BUCAL

LA CRISIS «PICA» LOS DIENTES DE LOS ESPAÑOLES. MÁS DE LA MITAD DE LA POBLACIÓN NO HA ACUDIDO A LAS REVISIONES EN LOS ÚLTIMOS AÑOS. ABANDONAR EL CUIDADO DE LAS ENFERMEDADES ORALES ELEVA LA FACTURA ORGÁNICA Y ECONÓMICA



# Odontofobia

## El miedo al dentista y la crisis «pican» los dientes

Las dificultades económicas son una de las principales razones para dejar a un lado la consulta al odontólogo. Los expertos colocan a España en la cola en cuanto a visitas al dentista. Cuanto más se deja avanzar la enfermedad periodontal, más cara es la factura orgánica y económica

**PILAR PÉREZ** ■ MADRID

El último congreso de la Sociedad Española de Periodoncia (SEPA) ha sido claro: las visitas al dentista han descendido por la crisis. Si a ello, se une el miedo a sentarse en el sillón del dentista, conocido como la odontofobia, que según la Organización Mundial de la Salud (OMS) sufre el 15 por ciento de la población, la desidia en de la salud bucal está garantizada.

Sin embargo, según algunas encuestas seis de cada diez españoles se muestra preocupado por este tema. Algo que sorprende a muchos profesionales como apunta Ramón Soto-Yarritu, presidente del Colegio oficial de Odontólogos y Estomatólogos de la Primera Región (COEM), «la salud bucal nunca ha sido una prioridad para la población y ahora, claramente, tenemos datos que nos muestran que las visitas al odontólogo han disminuido de forma drástica».

Además, los especialistas no dudan en alertar de que la actual coyuntura económica supone un retroceso en la adopción de medidas preventivas relacionadas con la salud periodontal, así como un retraso o abandono en la adopción de medidas terapéuticas. Aunque el 80 por ciento de la población opina que es importante acudir al dentista una vez al año para mantener su boca sana, solo acude el 43 por ciento; por ejemplo, la Encuesta Nacional de Salud 2011-2012 observó que más del 55 por ciento de la población no había acudido al dentista en ese año.

«Esto tiene graves repercusiones para la salud oral: los tratamientos son más

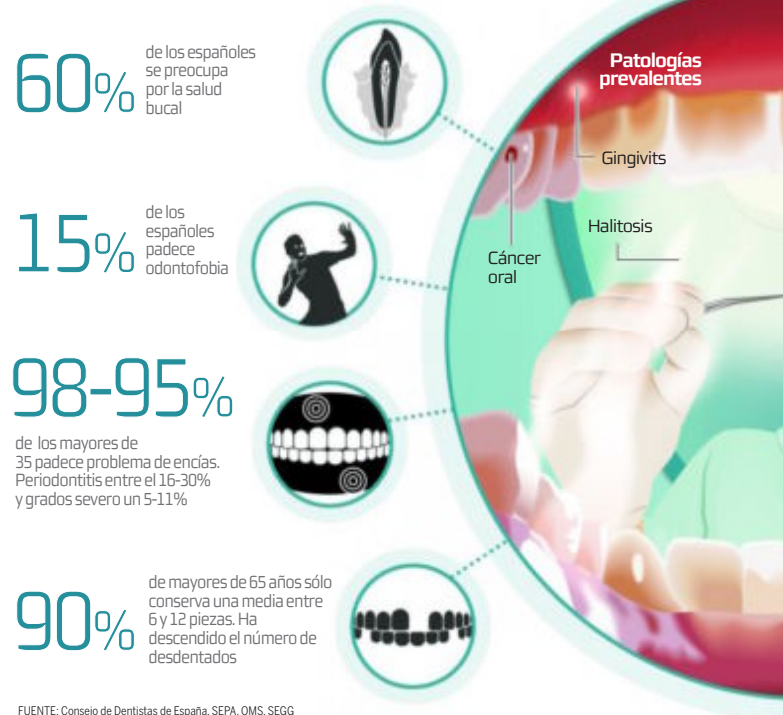
sencillos y exitosos en las fase iniciales de la enfermedad, siendo el diagnóstico precoz importantísimo; por el contrario, cuanto más se retrasa el tratamiento, más avanza la enfermedad, más complejo es el tratamiento y más severas son las secuelas», asegura el David Herrera, presidente de SEPA.

España se encuentra a la cola en visitas al dentista, y además, como señalaron los expertos en la última reunión de SEPA, «la salud bucodental de los españoles es la peor entre sus vecinos europeos, aunque hay menos desdentados totales». Al hilo de esto, las cifras de la situación de los mayores de 65 años, no son más alentadoras. Así, un 90 por ciento tiene alguna enfermedad periodontal y sólo conserva una media de entre 6 y 12 piezas dentales, al tiempo que su salud bucodental es preocupante. En este sentido, Primitivo Ramos, presidente de la Sociedad Española de Geriatria y Gerontología (SEGG), manifiesta que «aunque no existen enfermedades bucodentales específicas de los mayores, sí tienen pero pronóstico y mayor tendencia a la cronicidad y discapacidad». Una boca «enferma» sólo puede provocar problemas de malnutrición y déficits alimentarios que deriven en anemia.

### COSTE-EFICIENTE

Los dentistas apuestan por las consultas y las revisiones semestrales, porque lo que ahora se soluciona con un tratamiento que pueda rondar los 100 euros, a largo plazo puede suponer la pérdida de piezas dentales y la necesidad de la colocación de implantes, algo que empieza a elevar los costes. «Una enfermedad leve se controla mejor al inicio y los costes son siempre menores», subraya Soto-Yarritu.

### Radiografía de la salud bucal española



FUENTE: Consejo de Dentistas de España, SEPA, OMS, SEGG

### ENCIFRAS

**80%**  
 POBLACIÓN MAYOR DE 35 AÑOS TIENE UN PROBLEMA DE ENCÍAS

**+55%**  
 POBLACIÓN NO FUE AL DENTISTA ENTRE 2011 Y 2012

**90%**  
 DE LOS MAYORES DE 65 AÑOS CONSERVA ENTRE 6 Y 12 PIEZAS

Algunas medidas básicas de higiene bucodental pueden ahorrar muchos costes y evitar problemas de salud posteriores. «Si conseguimos cepillarnos los dientes dos veces al día y utilizar seda dental o cepillitos interdentales, nuestro nivel de enfermedad bajará muchísimo. Se prevenirán así enfermedades como las de las encías, que suponen la presencia de gran cantidad de bacterias dentro de la boca, y eso aumenta el nivel de inflamación que tiene todo nuestro cuerpo. Al menos una vez al año, y si se puede, cada seis meses, deberíamos acudir al dentista para que evalúe la situación, para que detecte si hay algún problema y solucionarlo rápidamente, y para conseguir así mantener nuestra salud a medio y largo plazo», afirma

GTRES



## GRAVES CONSECUENCIAS EN EL ORGANISMO

Las consecuencias van mucho más allá de ser solo estéticas o de tener únicamente repercusiones en la esfera bucodental, sino que también son crecientes las evidencias que vinculan algunas enfermedades periodontales con el mayor riesgo de sufrir un evento cardiovascular, de tener diabetes o de controlarla peor, o de sufrir un parto prematuro. En este sentido, durante la reciente celebración del Día Europeo de la Periodoncia, el secretario general de la Sociedad Española de Cardiología, Miguel Ángel García Fernández, resaltó la importancia de tratar la periodontitis como parte del manejo del

paciente con riesgo cardiovascular, tal como señalan las guías europeas. Por su parte, el representante de la Sociedad Española de Diabéticos, José Luis Herrera Pombo señaló la gran relevancia de la salud periodontal en el control de los pacientes con diabetes, incluida la reducción de las complicaciones, y el presidente de la Sociedad Española de Ginecología y Obstetricia, José María Lailla Vicens, tras fundamentar la importancia del parto prematuro en España, apostó por la salud periodontal, evaluada de manera previa al embarazo, como elemento relevante en la prevención del parto prematuro.

## ANÁLISIS

ALFONSO VILLA-VIGIL

Presidente del Consejo General de Dentistas de España



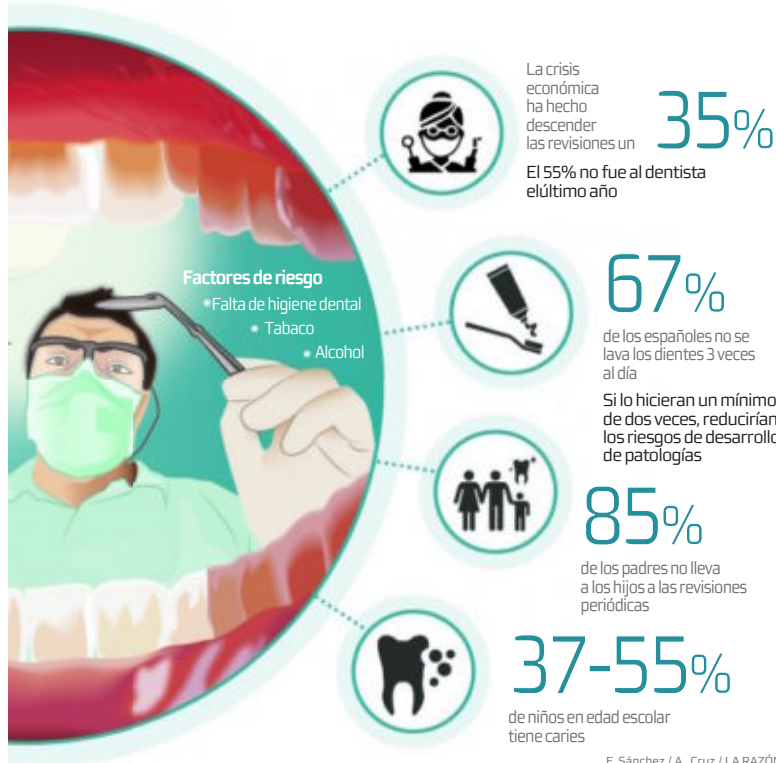
## Olvido de la higiene bucal

La actual crisis económica está provocando no solo que los pacientes pospongan cada vez más los tratamientos de mayor coste o menos urgentes, sino que también están disminuyendo las revisiones preventivas. Y esto es algo realmente preocupante ya que puede conllevar un empeoramiento tanto de la salud bucodental y como de la salud general de la población. Además, las enfermedades de la boca más frecuentes, como son la caries o la piorrea, son asintomáticas hasta que están muy avanzadas y por lo tanto, los pacientes no son conscientes de padecerlas hasta que es demasiado tarde.

A esta situación, hay que tener en cuenta que España el número de tratamientos para combatir la caries es inferior a la media de la Unión Europea. Mientras que en nuestro país entre el 53% y 65% de las caries son tratadas, la media europea asciende hasta el 85%. Asimismo, el Consejo General de Dentistas advierte el gran desconocimiento que sigue existiendo en la población en relación con las enfermedades periodontales, así como el escaso cuidado que los ciudadanos siguen prestando a esta parte de la boca. Y esta falta de sensibilización contrasta con el hecho de que la periodontitis junto con la caries son las enfermedades más comunes del mundo.

Para mejorar la atención odontológica, especialmente de aquellos con menores recursos, es urgente que el sistema de salud público incorporara las necesidades odontológicas básicas sobre todo de la población con discapacidad intelectual. Sería también conveniente desarrollar una política de incentivos económicos dirigida a la población con un menor nivel adquisitivo para que puedan recibir una correcta atención bucodental conservadora; incluidas las rehabilitaciones con prótesis dentales.

Con el fin de mejorar, la salud bucodental, el Consejo establece como objetivos mejorar e impulsar los programas de atención dental de la población infantil y juvenil (PADIs) y que actualmente son utilizados por entre el 65% y 40% de los niños, concienciar de la gran importancia que tiene la dentición temporal para la futura salud de los dientes permanentes y mejorar la educación bucodental a través de programas preventivos, entre otros objetivos.



Herrera. En la última encuesta sobre Salud Oral en España se determina que entre el 85-94 por ciento de la población española mayor de 35 años presenta algún problema relacionado con las encías. En concreto, sobre la periodontitis, se pone de manifiesto que entre el 16-30 por ciento de los españoles mayores de 35 años tiene esta infección periodontal, alcanzando el grado de severa en el cinco y once por ciento de la población adulta.

Las enfermedades periodontales son patologías que afectan al periodonto, es decir, a los tejidos que sostienen a los dientes. «Son patologías infecciosas, causadas por bacterias. Hay dos grandes grupos de enfermedades periodontales: gingivitis (inflamación superficial) y pe-

riodontitis (destrucción más profunda de los tejidos periodontales). La prevalencia de estas enfermedades la convierte en la patología más frecuente en el ser humano, junto con la caries dental», subraya el presidente del COEM. En España, «entre el 25-40 por ciento presentaría la enfermedad más destructiva, la periodontitis», añade Soto-Yarritu.

Además, podemos hablar de un aumento de los casos de bruxismo, o sea del hábito involuntario de apretar o rechinar los dientes sin ningún objetivo masticatorio. Este incremento se debe sobre todo al estrés y la ansiedad de situación enmarcadas en la crisis económica. Mónica Vicario, portavoz de SEPA, explica que «las causas del bruxismo son multifactoriales

pero parecen estar relacionadas con estados de ansiedad, estrés o tensión entre otras causas. Toda aquella situación de angustia o tensión producida por la crisis económica actual que favorezca estos estados ayudará a iniciar o agravar este hábito involuntario de apretamiento o rechinar dental».

### PATOLOGÍAS Y PREVENCIÓN

Según la última Encuesta Nacional de Salud, en España el 80 por ciento de la población mayor de 35 años tiene algún problema en las encías, de los cuales, más de la mitad tendría gingivitis y uno de cada tres periodontitis. En lo relativo a cáncer oral, la Organización Colegial de Dentistas tiene una continua y permanente lucha contra esta enfermedad que, a pesar de ser relativamente fácil de detectar y tratar en sus primeros estadios, se convierte en una

### Cepillarse los dientes dos veces al día y usar interdetales disminuye el riesgo de enfermedad

enfermedad mortal en la mayoría de los casos cuando su detección se realiza tarde. Por este motivo, uno de los objetivos de los dentistas es prevenir su desarrollo, gracias a la detección precoz, evitando que pueda alcanzar niveles en los cuales el tratamiento tenga que ser excesivamente agresivo.

Una alimentación con alto contenido en frutas y verduras podría ayudar a prevenir entre el 30 por ciento y el 70 por ciento de los cánceres orales y las lesiones precancerosas. De esta forma, los expertos recomiendan una alimentación equilibrada que debe incluir cinco piezas de frutas y verduras al día, pescado rico en ácidos grasos poliinsaturados omega-3, aceite de oliva o de linaza, así como cereales. Esta capacidad protectora de los alimentos frente al carcinoma oral, se extiende tanto a hombres como para mujeres, incluyendo aquellos con mayor riesgo de padecerlo como son los consumidores de alcohol y tabaco.