



Día Mundial de la Diabetes

REMITIDO

**Dr. Francisco J. Enrile** Doctor en Medicina y Cirugía. Médico especialista en Estomatología

# “La evidencia científica nos dice que un diabético debe cuidar muy bien su boca”

Con dos décadas de carrera profesional, el Dr. Francisco J. Enrile irradiia pasión por lo que hace. Su vocación por la medicina, unida a su entusiasmo, le llevó a crear Clínica Enrile a finales de los 90, un proyecto innovador y ambicioso que le ha permitido expresar una concepción humana y comprometida de la odontología. “Los médicos no son máquinas automatizadas –cuenta–, sino personas que tratan a personas y cada paciente es diferente al resto”. Le preguntamos sobre la salud oral en relación con la diabetes.

**Pudiera parecer que un diabético no tiene por qué preocuparse de la salud de su boca más que cualquier otra persona, pero, ¿qué dice la evidencia científica?**

Nos dice que un diabético debería cuidar muy bien su boca. La relación entre la diabetes y la salud bucodental es muy estrecha y de doble sentido. Por un lado, la periodontitis, conocida comúnmente como piorrea, es una de las complicaciones más frecuentes de la diabetes, junto a otros problemas cardíacos y renales, y puede perjudicar el control de la glucemia. Pero, por otro lado, el diabético tiene prácticamente hasta tres veces más posibilidades de tener unas encías enfermas y perder, como consecuencia, sus dientes.

**¿Cómo un problema originado en la boca, como la periodontitis, puede llegar a afectar al resto de nuestro cuerpo y estar relacionado con otras enfermedades?**

Nuestra boca no es ajena al resto del cuerpo. Las enfermedades periodontales pueden tener dos tipos de consecuencias. Unas en la boca, a nivel local, como el sangrado de encías, mal aliento, retracción, pérdida de dientes; y otras a nivel sistémico, que afectan a todo nuestro organismo. La periodontitis provoca unos espacios bajo la encía, que llamamos “bolsas periodontales”, en los que se van acumulando bacterias que, posteriormente,

“Para un diabético, la salud de su boca es un termómetro del estado de su enfermedad”

pasan a la sangre y terminan creando problemas en otras partes de nuestro cuerpo. Por ejemplo, una persona con periodontitis tiene entre un 25 y 50 % más de riesgo de sufrir un problema cardiovascular; y, si es diabética, tendrá más dificultades de controlar su diabetes.

**¿Cómo afectan las enfermedades periodontales a los diabéticos?**

De varias formas. La periodontitis puede provocar resistencia a la insulina, del mismo modo que lo hacen otros factores, como la falta de actividad física o la obesidad. Además, está asociada a un peor control de la glucemia y aumenta el riesgo de sufrir complicaciones propias de la diabetes, como la microalbuminuria (excreción anormal de la proteína albúmina por la orina) o mortalidad cardiovascular.

**¿Y al contrario, cómo afecta la diabetes a la salud de nuestra boca?**

Las enfermedades periodontales no sólo son



y los resultados son, además, generalmente similares a los de pacientes no diabéticos. Y no sólo eso, también mejoran el control de la glucemia. Sin embargo, se ha observado que los pacientes con diabetes mal controlada y de larga duración tienen más posibilidades de sufrir una reaparición de la enfermedad periodontal y de perder piezas dentales durante la fase de mantenimiento.

**¿La tasa de fracaso de implantes es mayor en pacientes diabéticos?**

Aún no tenemos suficiente evidencia científica sobre la relación entre la diabetes y los implantes dentales, pero lo que sí sabemos es que existe un paralelismo entre los factores de riesgo de la periodontitis y la principal amenaza de los implantes, la perimplantitis, que es una patología infecciosa causada por bacterias muy similares a las que ocasionan la periodontitis. La diabetes es uno de los factores de riesgo que comparten. Por tanto, cualquier diabético que quiera ponerse implantes deberá tener controlada antes su diabetes para evitar posibles complicaciones, como una mala cicatrización o la pérdida ósea alrededor del implante.

**¿Son conscientes los diabéticos de la importancia de extremar el cuidado de su boca?**

Desgraciadamente no. Al paciente diabético se le inculca una serie de hábitos saludables: una dieta equilibrada, ejercicio físico regular, consumo moderado de alcohol, no fumar... Sin embargo, piensa erróneamente que los hábitos de higiene bucodental no son igual de indispensables. El diabético debe saber que la salud de su boca es un termómetro del estado de su enfermedad.

**¿Qué consejos deben seguir los diabéticos para contrarrestar su mayor predisposición a sufrir enfermedades bucodentales?**

En primer lugar, mantener los niveles de glucemia cercanos a la normalidad y, por supuesto, cepillarse los dientes al menos dos veces al día y usar diariamente la seda o hilo dental. Aparte de esto, deben hacer algo fundamental: aprender a ver su boca. Es decir, explorarla y prestar atención a cualquier anomalía que pueda haber en ella, especialmente en las encías, como alguna lesión, cambio de coloración o sangrado. Por último, también es muy importante evitar el tabaco y acudir al dentista dos veces al año para realizar una revisión y una limpieza dental.

**¿Los dentistas pueden detectar en su consulta una diabetes no diagnosticada?**

Así es. Las visitas al dentista son una buena oportunidad para combatir la diabetes, ya que ayudan a identificar precozmente a estos pacientes. Y esto es muy importante si tenemos en cuenta un dato: según la Sociedad Española de Diabetes, el 6 % de los 5,3 millones de españoles que sufren diabetes no lo sabe, es decir, no le ha sido diagnosticada todavía.

