

20 de marzo. Día Mundial de la Salud Bucodental

Más del 90% de los mayores de 65 años tienen alguna enfermedad periodontal y solo conservan una media de entre 6 y 12 piezas dentales

- Según la SEGG, la salud e higiene bucodental de los mayores españoles es preocupante. El 50% de ellos no se cepilla los dientes, y sólo el 25% reconoce cepillarlos dos veces al día.
- No existen enfermedades bucodentales específicas de los mayores, pero sí tienen peor pronóstico y mayor tendencia a la cronicidad y discapacidad.
- La SEGG advierte de que la selección de una dieta inadecuada por problemas bucodentales puede influir en el desarrollo de un cuadro de malnutrición o en otros déficits nutricionales como una anemia.

Madrid, 19 de marzo de 2013

Con motivo del **Día Mundial de la Salud Bucodental**, que se celebra mañana 20 de marzo, la **Sociedad Española de Geriatria y Gerontología (SEGG)** advierte de la mala salud e higiene bucodental de los mayores españoles. Según el **Dr. Primitivo Ramos Cordero, geriatra y presidente de la Sociedad Madrileña de Geriatria y Gerontología** *“el 50% de ellos no se cepilla los dientes, y sólo el 25% reconoce cepillarlos dos veces al día”*.

La salud bucodental de los mayores en España está por debajo de la de otros países europeos, para ello basta contemplar datos de diversos estudios: el 90% necesita tratamiento periodontal, el 40% tiene dientes careados en piezas remanentes, el 52% son portadores de prótesis en cualquier variante, más del 50% precisarían una prótesis superior completa, y un 20% presenta maloclusión. Las prótesis tienen de 25-30 años de uso, algunas de ellas con mal ajuste, y con baja higiene produciendo estomatitis en algunos casos.

Pese a todo, en las últimas décadas, afortunadamente ha descendido el edentulismo (ausencia de dientes), estando presente en el 30-40% de los mayores, y el edentulismo funcional que aumenta con la edad alcanza el 50%. **El promedio de piezas que cada mayor conserva, se sitúa entre 6 y 12.**

Suspenseo en revisiones e higiene

Más del **90%** de las personas mayores tienen alguna enfermedad en sus **encías** y solo el 15% se realiza exámenes periódicos de su salud oral. Este efecto es peor en los edéntulos (ausencia de dientes), entre los que existe la creencia errónea, de que cuando se tienen una prótesis, ya no es preciso hacer revisiones.

“Además, -explica el Dr. Ramos Cordero- los mayores dedican escaso tiempo a su higiene bucodental, pudiendo definirla como deficiente, ya que más del 50% no se cepilla los dientes, sobre todo los varones; el 25% se cepilla una sola vez al día; y solo el 25% se cepilla dos o más veces al día”. Otro dato es que el 50% de los edéntulos totales que usan prótesis, no se lava la boca tras las comidas.

No existen enfermedades bucodentales específicas de los mayores

A medida que envejecemos se producen una serie de cambios en la cavidad oral como son una atrofia de la mucosa oral y de las glándulas salivares con **menor secreción de saliva**, unas **encías menos firmes** y adherentes, cambios del tamaño, color y brillo de los dientes, junto a alteraciones en la **sensibilidad y abrasiones**, que conllevan a una pérdida de la protección de los mismos. En la mandíbula se puede desarrollar una **osteoporosis** y una osteoartrosis temporo-mandibular, entre otros. *“Además, -explica el Dr. Ramos Cordero- de forma añadida, algunos de los medicamentos que tomamos para los diferentes problemas de salud que acontecen a estas edades, pueden ser nocivos para los dientes”.*

“No obstante, indica el Dr. Ramos Cordero, “es necesario romper determinados estereotipos y señalar de forma rotunda, que algunos procesos no forman parte del envejecimiento fisiológico, sino que constituyen una verdadera enfermedad, como ocurre con el edentulismo, con la enfermedad periodontal, con la xerostomía o sequedad patológica de la boca, etc.”

Los problemas de salud oral en el mayor (caries, edentulismo, prótesis afuncionales, mala lubricación salival, etc.) pueden originar:

-Disfunciones mecánicas orofaríngeas y atragantamientos, que constituyen la *Disfunción Motora Oral*, base de los **problemas masticatorios, deglutorios y fonatorios**. Todos estos problemas pueden tener **repercusiones a nivel digestivo** apareciendo cuadros de gastritis, dispepsias y estreñimiento.

-La selección inadecuada de la dieta por problemas bucodentales puede influir en el desarrollo de un cuadro de **malnutrición** o en el desarrollo de **anemia**.

-Determinados gérmenes responsables de la caries y de la enfermedad periodontal, favorecen la agregación plaquetaria, elevan el colesterol LDL, forman placas de ateroma y arterioesclerosis; en definitiva, favorecen el desarrollo de la enfermedad cardiovascular y tromboembólica.

-Todos estos cambios en la estructura facial, conducen a cambios estéticos y alteraciones fonatorias, lo cual condiciona el bienestar psicosocial, la autoestima e integración, llegando a veces a producir disfunciones psicoafectivas y relacionales.

Barreras para una mejor salud bucodental en los mayores

Existen una serie de barreras o motivos por los que las personas mayores descuidan su salud bucodental, y no acuden a las consultas con la frecuencia que sería deseable:

1. Una falsa creencia de que la pérdida de dientes con la edad es inevitable e irreversible.

2. Actitud negativa que les hace considerar que algunas patologías forman parte inherente del envejecimiento.
3. No ser conscientes de la importancia que tienen unos hábitos de salud favorables, como la higiene oral.
4. Ideas erróneas y falta de percepción de sus necesidades, tanto preventivas como de tratamiento bucodental.
5. Temor al dentista, por vivencias desagradables, cuando las técnicas odontológicas estaban menos avanzadas.
6. Coste de los tratamientos bucodentales poco asumibles para su limitado nivel adquisitivo.
7. Imposibilidad de desplazarse o mala accesibilidad a la consulta, por discapacidad.

Recomendaciones para el cuidado de la salud bucodental en los mayores

-Es esencial llevar una **dieta baja en azúcares** fermentables (sacarosa, glucosa o fructosa), ya que favorecen la placa bacteriana, que origina la caries y la enfermedad periodontal.

-**Limpieza regular y frecuente** de los dientes, de las prótesis y de la boca. Deben cepillarse al menos dos veces al día, y mejor aún tras cada comida; siendo muy importante antes de acostarse.

-El **cepillo**, ha de ser suave o de dureza intermedia, y preferiblemente sintético antes que de cerdas naturales, ya que estas últimas son huecas y permiten la acumulación de partículas en su interior.

-Las prótesis no duran toda la vida, sufren modificaciones con el tiempo, y envejecen. Por ello las **prótesis deben ser renovadas** o modificadas cuando el odontólogo lo indique.

-La edad en sí misma, nunca es una contraindicación para la colocación de **implantes dentales**, tan solo deben excluirse a aquellos que no sean responsables de su higiene y cuidados (personas con demencias).

-Toda persona mayor debe hacerse un reconocimiento por el dentista, al menos una vez al año, o bien dos veces al año, si tiene algún tipo de prótesis. Y acudir de inmediato si presenta sangrado de las encías.

Acerca de la SEGG

La Sociedad Española de Geriátría y Gerontología es una de las sociedades europeas más numerosa y activa. Actualmente cuenta con **más de 2.400 socios de áreas multidisciplinares**: Médicos (especialistas en Geriátría, en Atención Primaria, etcétera), Sociólogos, Diplomados en Enfermería, Trabajadores Sociales, Psicólogos, Pedagogos, Terapeutas Ocupacionales, Fisioterapeutas, Geógrafos, Arquitectos, Economistas, Farmacéuticos...

Para la SEGG, las Personas Mayores son su principal razón de ser y por ello su trabajo persigue dos líneas principales de actuación: la universalización de la Atención Geriátrica Especializada, con el fin de evitar desigualdades y el seguimiento de la Ley de la Dependencia.

Acerca del Día Mundial de la Salud Bucodental

El Día Mundial de la Salud Bucodental, auspiciado por la Federación Dental Internacional (FDI) se celebra anualmente el día 20 de marzo. El lema para esta edición es 'Dientes sanos para una vida sana' para reflejar la importancia que tiene la salud bucal en nuestras vidas.

INFORMACIÓN Y GESTIÓN DE ENTREVISTAS

Departamento de Comunicación. Sociedad Española de Geriátría y Gerontología.

Sonsoles García / Rosalía Torres

Telf.: 91 766 99 34. E-mail: segg@grupoicm.es

www.segg.es y www.mayorysalud.es
