

Ilustre Colegio Oficial de Odontólogos y Estomatólogos de Cantabria



El Colegio de Odontólogos recuerda que los 45.000 diabéticos de Cantabria son más propensos a padecer caries y enfermedad periodontal

En el Día Mundial de esta enfermedad recuerda que el cuidado de la boca de la persona diabética es fundamental para evitar complicaciones.

Santander 14 de noviembre- En Cantabria hay 45.000 personas diabéticas, una cifra que en los últimos 10 años ha aumentado en 15.000. Por eso, y aprovechando que hoy se conmemora el Día Mundial de la Diabetes, desde el Colegio de Odontólogos de Cantabria, recuerdan que las personas con esta enfermedad están más predispuestas a tener caries y enfermedad periodontal.

Según datos de la 10ª edición del Atlas de la Diabetes de la Federación Internacional de la Diabetes (FID), entre 2019 y 2021, en España se ha producido un incremento importante del número de personas con diabetes y muchas de ellas no están diagnosticadas.

“Una diabetes mal controlada triplica el riesgo de sufrir enfermedad periodontal, además de problemas como infecciones, ardor bucal o alteraciones en el sentido del gusto. Y, en casos de periodontitis severa, las consecuencias pueden ser aún más graves”, explica el presidente del Colegio de Odontólogos de Cantabria, José del Piñal Matorras.

Factores de riesgo y recomendaciones

Según el estudio ANIBES, realizado por la Fundación Española de Nutrición, la ingesta media de azúcar de una persona es de 71,5 gramos al día, superando casi el triple las recomendaciones de la OMS (28 g/día). Esta cifra indica que el 19% de la energía diaria procede de los azúcares. Esta situación contribuye de manera muy importante a las cifras en alza de sobrepeso, obesidad y diabetes en nuestro país.

El cuidado de la boca de la persona diabética es fundamental para evitar complicaciones. Por ello, desde el Colegio de Odontólogos de Cantabria se recomienda seguir una serie de pautas:

- Llevar una dieta saludable, baja en azúcar, sal y grasas, contribuye a reducir el riesgo de enfermedades bucodentales.
- Acudir al dentista, al menos, dos veces al año y siempre que haya cualquier lesión o alteración en la boca.
- Controlar la enfermedad para reducir el riesgo de padecer enfermedades bucodentales.
- Extremar la higiene oral, cepillándose los dientes después de cada comida con un cepillo de cerdas suaves y pasta dentífrica fluorada. Usar también un cepillo interdental o seda dental para la limpieza diaria entre los dientes.
- En caso de ser portador de prótesis, tienen que extremarse las medidas de higiene de las mismas diariamente.
- Evitar el tabaco. Los diabéticos fumadores, de 45 años o más, multiplican por 20 el riesgo de padecer enfermedad periodontal severa.

Para más información o declaraciones:

Sandra Bedia: 629 47 31 83

Lucia Reguilón: 652 09 00 50