



# INFORMA

Colegio Oficial de Dentistas de Pontevedra y Ourense  
C/Augusto García Sánchez, 10. Pontevedra  
Telf/Fax 986 86 44 49. E-mail: cooe36@telefonica.net

---

20 de marzo. Día Mundial de la Salud Bucodental

## **Una buena salud oral como garante de una buena salud general**

- El Colegio de Dentistas de Pontevedra y Ourense hace hincapié en los grandes beneficios de mantener la boca en buen estado
- Caries, enfermedad periodontal y cáncer oral son las tres principales dolencias orales

### **Marzo de 2016**

“Por aquí empieza todo, cuerpo sano, boca sana” es el lema elegido este año por la Federación Dental Internacional (FDI) para celebrar el Día Mundial de la Salud Bucodental que se celebra el 20 de marzo. El Colegio de Dentistas de Pontevedra y Ourense quiere aprovechar esta fecha como recordatorio de los beneficios que aporta una correcta salud oral en nuestro estado general.

Y es que cada vez son más las evidencias científicas que demuestran la estrecha relación entre salud bucodental y salud general. Así se recoge en en *‘El desafío de las enfermedades bucodentales|Atlas de la Salud Oral’*, una publicación de la FDI recientemente presentada en Madrid. Muchas enfermedades sistémicas incrementan el riesgo de sufrir enfermedades bucodentales, como las dolencias periodontales en pacientes

diabéticos. De la misma manera, una pobre salud bucodental incide en otras afecciones generales como neumonía, infecciones cardíacas o enfermedades cardiovasculares.

A la hora de establecer una clasificación de la incidencia de las enfermedades orales, la caries aparece como la más común. Pero este dato adquiere una mayor relevancia a la luz de las estadísticas que dicen que la caries es la enfermedad crónica más común en el mundo, de ahí que su tratamiento constituya uno de los mayores desafíos de la sociedad.

En Galicia, esta afección se registra en los dientes primarios de 104.000 niños menores de 12 años. En cifras globales, 1,9 millones de gallegos de 12 o más años tienen caries en los dientes permanentes.

La segunda enfermedad oral más relevante es la periodontal (afecta a las encías), que puede comenzar como una gingivitis (inflamación de la encía) y progresar hasta una periodontitis (destrucción del hueso de soporte de los dientes). Los datos referidos a Galicia señalan que 464.000 gallegos adultos presentan enfermedad periodontal, de los que 116.000 casos son severos.

Una tercera afección significativa en términos generales es el cáncer oral, que tiene además una mortalidad alta como consecuencia de una falta de diagnóstico precoz. En nuestra comunidad se diagnosticarán 232 nuevos casos de esa dolencia a lo largo de 2016, que derivarán en 70 fallecimientos.

El Colegio de Pontevedra y Ourense recuerda la conveniencia de seguir unas normas de higiene oral rigurosas, visitar al dentista al menos una vez al año (España es el quinto país de Europa que menos va al dentista), mantener una dieta equilibrada, hacer ejercicio y evitar el tabaco y el alcohol como normas básicas para conseguir una buena salud oral.