



El 100% de los adultos mayores presenta caries

- En el Día Internacional de las Personas Mayores, el Consejo General de Dentistas recuerda que siguiendo un estilo de vida saludable y visitando con frecuencia al dentista se puede disfrutar de una buena salud oral en la madurez.

Madrid, 1 de octubre de 2021. La totalidad de los adultos mayores de 65 años presenta caries y solo el 21% de los dientes afectados recibe el tratamiento adecuado. Con motivo del Día Internacional de las Personas Mayores, el Consejo General de Dentistas recuerda los posibles problemas bucodentales en el adulto mayor y cómo evitarlos para disfrutar de una buena salud oral y general.

Según la [Encuesta de Salud Oral en España 2020](#), el 100% de los adultos mayores de 65 años presenta caries, con un promedio de 15 dientes afectados, de los que solo el 21% recibe tratamiento restaurador. Asimismo, 3 de cada 10 mayores necesita prótesis multiunitaria urgente.

El cáncer oral es otro de los problemas bucodentales más frecuentes en el adulto mayor. El consumo de tabaco y alcohol, una mala alimentación o una prótesis mal ajustada, son algunos factores de riesgo que pueden provocar la aparición de este tipo de cáncer.

En cuanto a la enfermedad periodontal, en los últimos 25 años hemos asistido a una disminución importante de esta patología en adultos mayores, pasando del 56% de afectados en 1993 al 34% de afectados en la actualidad (unos 2 millones de mayores). Asimismo, las cifras de enfermedad periodontal severa han pasado del 17% al 11,5%.

Para mantener una buena salud bucodental durante esta etapa de la vida es importante tener en cuenta unos sencillos hábitos:

- Cepillarse los dientes, al menos, dos veces al día, con pasta dentífrica fluorada, durante dos minutos. Utilizar también cepillos interdentales o seda dental.
- Reducir la ingesta de azúcares y evitar el alcohol y el tabaco.
- Llevar una dieta sana y equilibrada.
- Realizar una correcta higiene de la prótesis dental, así como de las mucosas y dientes portadores de prótesis.
- Combatir el síndrome de boca seca (xerostomía) manteniendo la boca húmeda, hidratando los labios y masticando chicle sin azúcar.



-Llevar a cabo autoexploraciones orales en las encías, mejillas, labios y lengua, para detectar posibles signos de patologías como el cáncer oral.

-Acudir al dentista periódicamente y si se detecta alguna lesión que no mejora después de dos semanas.

“Diversas patologías orales se relacionan con la diabetes y enfermedades cardiovasculares, cerebrales, respiratorias y de otro ámbito, sobre todo en el adulto mayor. Si cuidas tu boca, sigues un estilo de vida saludable -llevando una dieta adecuada y evitando el consumo de tabaco y alcohol- y visitas periódicamente al dentista, disfrutarás de una mejor salud bucodental y general en la madurez”, apunta el presidente del Consejo General de Dentistas, el Dr. Óscar Castro Reino.

Consejo General de Colegios de Dentistas de España

Creado en el año 1930, es el Órgano ejecutivo de la Organización Colegial de Dentistas. Entre sus competencias destacan la coordinación de la política general de la Organización Colegial, la ordenación del ejercicio de la profesión, la representación y la defensa de los intereses de sus profesionales, y la promoción del derecho a la salud odontológica de los españoles. Es también competencia del Consejo General la elaboración, desarrollo y actualización del Código Ético y Deontológico estatal de la profesión, así como de la promoción social, científica, cultural y laboral de la Odontología y la Estomatología.

CONSEJO DENTISTAS
Departamento de Prensa

Calle de Alcalá, 79 - 2º - 28009 Madrid

Teléfono: 914 264 414

prensa@consejodentistas.es