



## Las personas con diabetes son más propensas a padecer caries y enfermedad periodontal

**Madrid, 14 de noviembre de 2022.** Según el [Atlas de Salud Bucodental en España 2022](#), se estima que hay 5,5 millones de españoles diabéticos, lo que nos sitúa como el segundo país de Europa con más personas con diabetes. Con motivo del Día Mundial de la Diabetes, que se celebra hoy, el Consejo General de Dentistas recuerda 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.

“Los estudios realizados en pacientes diabéticos muestran una clara asociación bilateral entre la diabetes mellitus y la enfermedad periodontal. En los diabéticos se incrementa el riesgo de sufrir patología periodontal y caries. A su vez, la presencia de periodontitis es un factor limitante porque dificulta el control de la glucemia”, recuerda el presidente del Consejo General de Dentistas, el Dr. Óscar Castro Reino.

### 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 Consejo General de Dentistas 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.

### **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](mailto:prensa@consejodentistas.es)