

Menos dientes, más demencia. Una investigación revela que la pérdida de piezas favorece el deterioro mental

Con cepillarse la boca no es suficiente

Una buena higiene dental es más que lavarse la boca. Para empezar, debería incluir un primer cepillado con agua, una limpieza con hilo dental o cepillo interproximal y luego otra pasada, diente a diente, con pasta dentífrica. Mejor tres veces al día, y con eso no basta. Los especialistas aconsejan mantener una buena alimentación, hábitos sanos de vida (evitar alcohol, tabaco y otras drogas), revisiones anuales al especialista y practicar ejercicio de forma regular.

los pacientes, ha cambiado de manera radical en los últimos veinte años», confirma el catedrático de Odontología de la Universidad del País Vasco (UPV) José Manuel Aguirre. A finales del siglo pasado, más de la mitad de la población mayor de 70 años tenía que recurrir al uso de prótesis dentales, mientras que en la actualidad, según destaca el especialista, son muchas las personas que superan esa edad y aún conservan sus dientes. «Eso antes era impensable», subraya.

Tercera generación de dientes

Cada vez se mantienen más piezas durante más años. Pero la caries y la enfermedad periodontal –la inflamación de las encías provocada, sobre todo, por el consumo de tabaco pero también por motivos genéticos y la falta de higiene, entre otros– continúan siendo las principales causas de pérdida, según recuerda Aguirre a las puertas del Día Mundial de la Salud Dental, que se conmemora mañana. «Las prótesis dentales, que han mejorado mucho, han abierto un mundo de posibilidades, pero hay ocasiones en que ya no se pueden poner. Si no hay hueso es como si se intenta poner un cuadro en una pared de pladur. ¡Mal asunto!», comenta.

La investigación con células madre abrió hace veinte años la posibilidad de pensar en la idea de crear cualquier tipo de tejido, incluso órganos, a partir de material orgánico. Las consultas de odontología no cuentan con ello. «Aunque podamos generar gérmenes dentarios en el laboratorio, algo así nunca podrá trasladarse a la clínica. El desarrollo de un diente puede llevar diez años y ahora en el mismo día o en dos te ponemos un implante de última generación», argumenta Anitua, que el lunes recibirá de manos del Rey Felipe IV el Premio Nacional de la Innovación.

¿Y ganar una tercera generación de dientes como consecuencia de una vida más larga? «Esa no es una idea tan descabellada. El uso de plasma rico en factores de crecimiento ya nos da la posibilidad de regenerar tejido y colocar un implante en el mismo lugar donde se perdió», avanza. La ciencia sigue su camino.



ILUSTRACIÓN ADRIÁ RAMÍREZ

FERMÍN APEZTEGUIA



Cada diente perdido aumenta el riesgo de deterioro cognitivo. Una investigación realizada por la Facultad de Enfermería Rory Meyers de la Universidad de Nueva York concluye que la pérdida de piezas dentales constituye un factor de riesgo «determinante» de demencia. La relación, según cuentan, es clara: a menos dientes, más daño intelectual. La buena noticia es que el desencadenamiento de ese proceso puede detenerse con una buena higiene bucodental. Abandonarse es lo peor que puede hacerse; y la

boca refleja como ninguna otra parte del cuerpo el estado de salud de una persona.

El riesgo de deterioro cognitivo no fue, de hecho, tan significativo entre los adultos que tenían dentadura postiza, habían ido corrigiendo sus caries o habían sustituido con implantes las piezas perdidas. «Esto que nos cuentan es algo que tiene mucho sentido, porque en buena medida perdemos los dientes por abandono, por unos malos hábitos», valora el médico estomatólogo Eduardo Anitua, director del Instituto BTI y del Instituto de Medicina Regenerativa e Implantología Oral de la Universidad del País Vasco (UPV).

Las personas que tienden a cuidarse poco, según cuenta, tienen una mayor predisposición a su-

frir todo tipo de enfermedades, no solo de la cavidad bucal, sino también otras como diabetes, patología cardiovascular e incluso demencia. La relación entre el estado de la boca y la salud general es muy estrecha. «Es fácil pensar que el deterioro sistemático de la salud se acompaña inexorablemente de un deterioro en la boca; pero también ocurre al revés, un daño bucal sin atender es uno de los factores que contribuyen a un daño sistémico progresivo», explica el experto.

Las prótesis siguen vivas

Una investigación reciente realizada por el Consejo General de Dentistas de España concluye que el 30% de las personas con edades entre 35 y 44 años tiene necesidad de alguna prótesis den-

tal, mientras que en la franja de edad de 65 a 74 esa cifra se eleva hasta el 45%. Superada esa frontera, el edentulismo –que es como los especialistas conocen a la pérdida dentaria– afecta en España al 65% de la población. «No podemos decir que las dentaduras postizas han pasado a la historia. Tenemos mucha gente de edad que necesita masticar. Pero la situación –desde el punto de vista de los tratamientos y, por tanto, para

Muchas personas mantienen dentadura propia a los 70, algo antes impensable