LITORALPRESS

Fecha: 20-07-2025
Medio: El Austral de Osorno
Supl. : El Austral de Osorno
Tipo: Columnas de Opinión
Título: **Columnas de Opinión: El círculo vicioso de la salud oral y la diabetes**

Pág. : 8
Cm2: 178,5

Tiraje: 4.500
Lectoría: 13.500
Favorabilidad: No Definida

C

Columna

Dr. Daniel Olavarría Díaz
cirujano dentista y académico CFT Santo Tomás Osorno

El círculo vicioso de la salud oral y la diabetes

La diabetes es una enfermedad crónica que ocurre cuando el cuerpo no produce suficiente insulina o no la utiliza de forma efectiva. Existen dos tipos principales: la tipo 1 y la tipo 2, siendo esta última la más prevalente en Chile.

En las últimas décadas, su aumento ha sido significativo, principalmente asociado a factores de riesgo como la obesidad, el sedentarismo y una dieta rica en azúcares y grasas. La diabetes afecta al 12,3% de los adultos y a más del 30% de los mayores de 65 años, es decir, a más de 1,8 millones de personas en nuestro país.

Lo que muchos no saben es que la salud oral está estrechamente ligada a esta condición. Las personas con diabetes sufren manifestaciones orales como sequedad bucal, mayor riesgo de caries, susceptibilidad a infecciones bacterianas y por hongos.

La relación más preocupante se da con la periodontitis, una enfermedad inflamatoria crónica que daña los tejidos que sostienen los dientes, hace que se vayan soltando y puede llevar a su pérdida. En Chile, su prevalencia supera el 90% en adultos, lo que la convierte en un verdadero problema de salud pública.

Existe una relación bidireccional entre ambas enfermedades: la diabetes mal controlada favorece la progresión de la periodontitis, y esta última, al generar inflamación crónica, aumenta la resistencia a la insulina, dificultando el control glicémico de la diabetes. Este círculo vicioso agrava el pronóstico de ambos cuadros. De hecho, tratar la periodontitis tiende a mejorar, en cierta medida, los niveles de glucosa en sangre. A pesar de la contundente asociación, muchos pacientes y profesionales de la salud desconocen esta relación crítica.

Hay que considerar la importancia de las graves complicaciones que la diabetes puede producir si no se controla adecuadamente, tales como problemas cardíacos, daño a los nervios, problemas de visión, daño renal, pie diabético y amputaciones. Por ello, es fundamental un manejo integral (incluyendo el odontológico) de la enfermedad.

Una medida concreta de salud pública sería incorporar prestaciones odontológicas específicas en el GES de Diabetes Mellitus, de modo que estos pacientes pudieran recibir atenciones dentales garantizadas dentro de su condición de salud.

Como recomendaciones de cuidado en el paciente diabético, podemos mencionar un buen control médico de la enfermedad, seguir la terapia farmacológica y la dieta indicada, hacer ejercicio, mantener una higiene oral rigurosa, realizar visitas regulares al dentista, y estar atentos a cualquier cambio en la boca, como sangrados, úlceras o molestias en las encías u otros tejidos blandos. Ante cualquier anormalidad, se debe consultar al odontólogo. Solo así podremos reducir el impacto de estas enfermedades que, lejos de estar aisladas, están profundamente conectadas.