LITORALPRESS

Fecha: 24-07-2025
Medio: El Mercurio de Calama
Supl. : El Mercurio de Calama
Tipo: Cartas
Título: Soledad y salud bucal

Pág. : 13
Cm2: 68,3

Tiraje: 2.400
Lectoría: 7.200
Favorabilidad: No Definida

Soledad y salud bucal

Una de cada seis personas sufre soledad en el mundo. El pasado 30 de junio, la OMS publicó el informe "De la soledad a la conexión social: el camino hacia sociedades más saludables", en el que declara que la soledad y el aislamiento social constituyen una crisis de salud pública con consecuencias en la salud física y mental.

En Chile, la situación es más grave. Según el Observatorio del Envejecimiento UC, el 32% de las personas mayores no tiene amigos, casi la mitad experimenta soledad no deseada y un 56% está en alto riesgo de aislamiento social.

El Gobierno ha impulsado iniciativas como los centros diurnos, el voluntariado, las comunidades cuidadoras y la inclusión digital. Pero resultan insuficientes frente a la magnitud y celeridad del problema.

Un aspecto frecuentemente invisibilizado es la salud bucal. Estudios recientes muestran que el edentulismo (pérdida total de dientes) puede duplicar el riesgo de desarrollar síntomas depresivos. Comer, hablar, sonreír son actos fundamentales para relacionarnos. Cuando la boca no está en su plenitud, estas funciones se ven afectadas, deteriorando la calidad de vida y profundizando el aislamiento.

Incorporar la salud bucal en las políticas públicas de salud mental y envejecimiento activo no es un lujo opcional, sino una necesidad. Porque hablar, reír y compartir comienzan desde la boca.

Sebastián Zamorano y Patricia Moya