LITORALPRESS

Fecha: 13-05-2026
Medio: Diario Concepción
Supl. : Diario Concepción
Tipo: Cartas
Título: **Cartas: Sangrado de encías**

Pág. : 3
Cm2: 155,1

Tiraje: 8.100
Lectoría: 24.300
Favorabilidad: No Definida

socioemocionales y relaciones más saludables.

Negar o evitar la ESI no protege a niñas, niños y adolescentes, los deja más expuestos a la desinformación y a la vulneración directa de sus derechos.

Daniela Díaz, académica
Facultad de Educación UDP
Bárbara Gutiérrez, académica Escuela de Obstetricia y Neonatología UD

Sangrado de encías

Señora Directora:

En el marco del Día Mundial de la Salud de las Encías, este 12 de mayo, conviene mirar una crisis sanitaria que sigue siendo silenciosa y masiva: más del 90% de los adultos en Chile presenta algún grado de enfermedad periodontal. Aun así, el sangrado de encías continúa tratándose como algo que no enciende alarmas, cuando en realidad es una señal de inflamación y enfermedad activa.

La discusión sobre salud pública suele centrarse en listas de espera hospitalarias, pero la salud bucal permanece relegada, pese a su impacto directo en la calidad de vida. Actualmente las consultas odontológicas pendientes superan las 541 mil atenciones y los tiempos de espera rondan los 238 días. Ocho meses que muchas veces significan dolor, infecciones, pérdida dentaria y deterioro progresivo de enfermedades que pudieron prevenirse.

La evidencia científica es clara: la periodontitis no solo afecta dientes y encías. También se asocia a enfermedades cardiovasculares, diabetes descompensada, complicaciones durante el embarazo e incluso deterioro cognitivo. Además, las encías inflamadas pueden convertirse en una puerta de entrada de bacterias al torrente sanguíneo lo que genera efectos sistémicos que suelen subestimarse.

El problema también es cultural. Muchas personas creen que, si no hay dolor, no hay problema. Pero déjame hacer una pregunta: ¿Es posible imaginar que sangraran las manos cada vez que se lavan? Probablemente las personas irían corriendo al médico. Entonces... ¿Por qué normalizamos que sangren las encías al cepillarnos? Ese sangrado no es normal, es inflamación y es enfermedad comenzando. Y muchas veces, detectar una gingivitis a tiempo puede evitar tratamientos complejos, pérdida de dientes y daños irreversibles. Por eso la prevención sigue siendo la herramienta más inteligente, más humana...y también la más costo-efectiva.

Dr. Marco Mora