MÁS BARATO PREVENIR QUE LOS TRATAMIENTOS DENTALES.

Presidir los cuatro últimos años la Federación Europea de Periodoncia, que integra entidades de 29 países, entre ellos Israel y Turquía, supuso para Juan Blanco «trabajar y viajar mucho. Fue un período de crecimiento y se avanzó en una mayor profesionalización. También se consiguió un mayor reconocimiento de la población general, a lo que contribuyó una mejor comunicación interna y externa», explica este profesor de la Facultade de Odontoloxía de la USC.

De su experiencia en esta entidad continental resalta «las reuniones de consenso que tenemos todos los años. En esas sesiones se dan respuestas a cuestiones candentes; se revisa la literatura científica y se elaboran documentos, que son como guías clínicas para especialistas». Entre esos encuentros, destaca dos del último año: «Uno en el 2016, con la organización europea sobre caries, para hablar de prevención; y el otro en febrero de este año, con la Federación Internacional de Diabetes. Estas reuniones están en la línea de nuestro convencimiento de que si colaboran las especialidades médicas

se mejora el bienestar y la salud global. Debemos unir esfuerzos entre Odontología, Endocrinología, médicos de familia y otros».

Es así, insiste, porque «hoy sabemos que las infecciones que se producen en la boca no solo afectan a la encía, también pueden hacerlo a otras partes del organismo. El sangrado de la encía provoca mal aliento, flemones, movilidad dentaria, dificultad de masticación o pérdida de dientes; tiene impacto sobre la calidad de vida del paciente, que deja de masticar bien y su nutrición se ve comprometida». Además, «las bacterias que provocan problemas de las encías entran en contacto con la circulación sanguínea y producen efectos nocivos sobre otros órganos. Hay evidencia de la asociación con males cardiovasculares, diabetes, o con complicaciones relacionadas con el embarazo; y estas últimas pueden suponer partos prematuros y otras complicaciones».

Enfatiza sobre todo la diabetes «porque los pacientes diabéticos son también más propensos a padecer enfermedades de las encías; y quienes tienen problemas en las encías pueden tener una diabetes de difícil control y más complicaciones».

Por eso, según este especialista, si se valoran bien algunos factores de riesgo comunes, como la edad, sexo, genética, tabaquismo, mala alimentación o sedentarismo, se mejoran la diabetes y la salud de la boca «y además otras enfermedades crónicas no transmisibles. Las encías pueden ocasionar problemas leves, como gingivitis; y otros más serios, como la periodontitis severa. Es importante diagnosticar precozmente los problemas de la boca y es fácil hacerlo. Si se detecta sangrado en la boca se debe de acudir al odontólogo, lo mismo que se consulta a un médico si se detecta sangrado en otras partes del organismo; es igual de preocupante. Porque el sangrado en la boca implica una inflamación producida por bacterias, que se debe tratar», sostiene.

Respecto a la prevención, recuerda que «cuando presidí la Sociedad Española de Periodoncia establecimos la que llamamos regla del dos: se debe acudir al menos dos veces al año al dentista, cambiar de cepillo de dientes dos veces cada seis meses, y cepillarse los dientes dos veces al día. No hay nada más barato que el cepillo de dientes. Porque dicen que el dentista es caro, y lo es cuando no hay dientes y los tiene que poner. Por eso es más barato invertir en prevención que en tratamientos de dentistas; y además se evitan complicaciones e incluso tratamientos hospitalarios».