

Carolina Torres Moraga
carolina.torres@australtemuco.cl

Perder dientes no es algo normal: la deuda silenciosa con la sonrisa en la vejez

Durante mucho tiempo, perder los dientes fue visto como una consecuencia inevitable del paso de los años. Una especie de costo asociado a envejecer. Sin embargo, la evidencia científica muestra una realidad distinta: el deterioro de la salud oral no es parte natural de la vejez y sus consecuencias pueden ir mucho más allá de la boca.

Para muchas personas mayores, la pérdida dentaria significa dificultades para alimentarse, cambios en la forma de relacionarse con su entorno e incluso una progresiva pérdida de confianza. Es un problema que afecta la autonomía y que, además, puede profundizar otras enfermedades que acompañan esta etapa de la vida.

Según el cirujano dentista y director del Centro de Investigación e Innovación en Odontología Clínica de la Facultad de Odontología de la Universidad de La Frontera, doctor Víctor Beltrán Varas, la situación de las personas mayores representa uno de los principales desafíos actuales para la salud oral. “Observamos una alta prevalencia de deterioro oral, principalmente asociado a pérdida dentaria o desdentamiento. Se estima que aproximadamente un 20% de la población mayor presenta pérdida total de dientes”, señala.

El especialista advierte que esta realidad tiene múltiples causas, entre ellas factores sociales, económicos y territoriales. Las mayores dificultades se concentran especialmente en zonas rurales, donde la distancia, la falta de especialistas y las barreras de acceso terminan generando una atención fragmentada.

“La ruralidad incrementa este problema porque está asociada a menor acceso a especialistas, menor cobertura y dificultades para llegar a los servicios de salud. También existe una relación directa con condiciones de pobreza y desigualdad”, explica.

En La Araucanía, esta brecha adquiere especial relevancia. Según antecedentes asociados a la red asistencial, la Región mantiene una carga estimada de entre 40 mil y 60 mil personas en lista de espera odontológica, mientras que a nivel nacional la cifra alcanza aproximadamente las 500 mil personas.

Aunque estos registros corresponden a la población gene-

Cerca del 20% de las personas mayores presenta pérdida total de dientes y las brechas de acceso a atención odontológica golpean con mayor fuerza a los sectores rurales. Académico de la Ufro advierte que el deterioro bucal no solo afecta la alimentación, sino también la autoestima, la vida social y un conjunto de enfermedades crónicas.

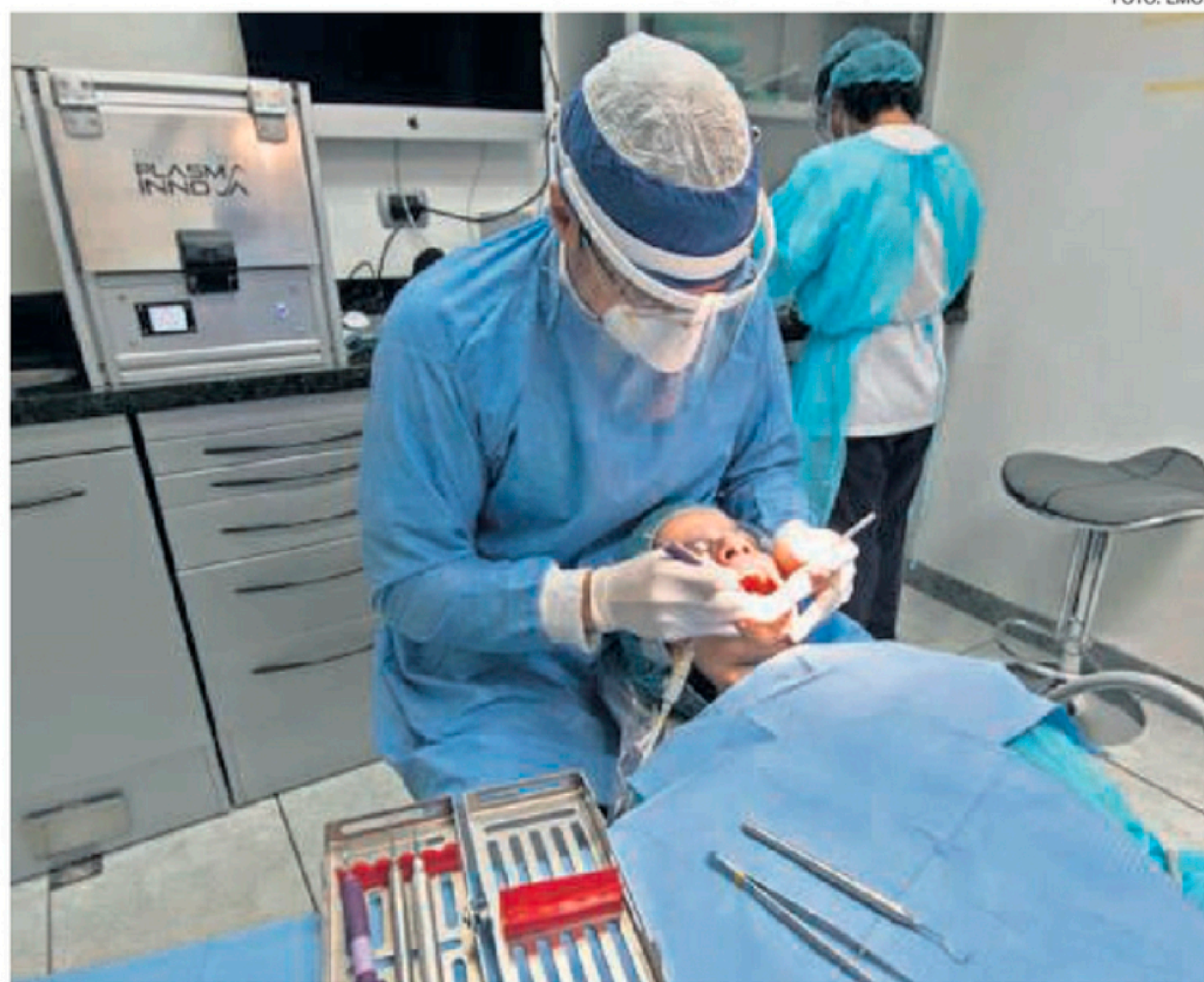


FOTO: EMOL



UFRO

DOCTOR VÍCTOR BELTRÁN, ACADÉMICO FACULTAD DE ODONTOLÓGICA DE LA UFRO.

autoestima, autoconfianza y con la posibilidad de participar socialmente. Hay personas que comienzan a aislarse porque sienten vergüenza de su condición oral”, señala.

MIRADA INTEGRAL

La investigación actual también ha demostrado una relación entre salud oral y otras enfermedades crónicas. La diabetes, patologías cardiovasculares, enfermedades reumatológicas e incluso algunos procesos asociados al deterioro cognitivo pueden verse influenciados por el estado de la salud bucal.

Por eso, plantea Beltrán, la atención odontológica debe dejar atrás una mirada aislada y avanzar hacia un trabajo integrado con otras áreas de la medicina.

“La boca no puede verse separada del resto del organismo. Las enfermedades están relacionadas y por eso se requiere un trabajo conjunto entre odontólogos, geriatras, médicos y otros especialistas”, afirma.

El desafío es aún mayor considerando el progresivo envejecimiento de la población chilena. Para el académico, el país debe avanzar hacia un modelo más preventivo, que permita que las personas lleguen a edades avanzadas conservando una dentición funcional.

En ese sentido, menciona

como referencia el concepto de los “21 dientes funcionales”, utilizado en algunos programas internacionales como una meta para favorecer una mejor calidad de vida durante la vejez. “La idea no es llegar a una edad mayor pensando que inevitablemente se perderán los dientes. Lo ideal es mantener una dentición funcional que permita comer, comunicarse y desenvolverse socialmente”, plantea.

TECNOLOGÍA Y EDUCACIÓN

Frente a las dificultades de acceso, la Universidad de La Frontera ha impulsado iniciativas vinculadas a la salud digital y la teleodontología, especialmente orientadas a personas mayores de sectores rurales.

El trabajo desarrollado por equipos interdisciplinarios incorpora plataformas digitales, aplicaciones móviles, educación preventiva y colaboración con organizaciones sociales, municipios, Senama y comunidades.

“Hemos trabajado en un ecosistema de salud digital que no solamente considera la teleodontología, sino también el apoyo de otras especialidades y el trabajo directo con las comunidades”, explica Beltrán.

Entre las iniciativas desarrolladas se incluyen aplicaciones con contenidos educativos, material preventivo e incluso cápsulas en mapudungun elaboradas para comunidades específicas. “Lo importante es que las personas conozcan cómo cuidar su salud oral, puedan realizar autocuidado y consultar oportunamente. La prevención y la educación son claves”, afirma.

El mensaje del especialista apunta a cambiar la forma en que se entiende la salud oral durante la vejez. No se trata solamente de conservar una sonrisa, sino de mantener independencia, nutrición, vínculos sociales y bienestar.

Porque llegar a la adultez mayor con una buena salud bucal no es solo una cuestión estética: también es una condición para vivir más años con una mejor calidad de vida. ✂

Cinco claves para cuidar la salud oral en la adultez mayor

● Controles periódicos:

Visitar al odontólogo permite detectar a tiempo caries, enfermedades de las encías y otras patologías.

● No normalizar la pérdida de dientes:

Envejecer no implica perder la dentadura si existe prevención y buenos cuidados.

● Higiene diaria:

Un correcto cepillado, junto con la limpieza de prótesis, ayuda a mantener una buena salud bucal.

● Evitar riesgos:

El tabaco y el consumo excesivo de alcohol elevan la posibilidad de desarrollar enfermedades bucales y cáncer oral.

● Consultar a tiempo:

Heridas, manchas, dolor o lesiones que no desaparecen requieren de una evaluación profesional.

ral, el académico señala que las personas mayores enfrentan mayores dificultades para resolver sus tratamientos, debido a factores económicos, enfermedades asociadas y complejidad de las propias del acceso.

“Muchas veces una persona consigue una hora de atención, pero vive en una zona rural y debe trasladarse durante horas hasta Temuco. Puede requerir exámenes, controles o varias sesiones, y por costos, transporte o infraestructura finalmente no logra completar su tratamiento”, sostiene.

AVANCE SILENCIOSO

Uno de los principales problemas en las personas mayores es la enfermedad periodontal, una patología que afecta los tejidos que sostienen los dientes y que, en sus etapas más avanzadas, puede provocar la pérdida progresiva de piezas dentales.

Según el doctor Beltrán, cerca del 90% de los adultos

mayores presenta algún grado de enfermedad periodontal, convirtiéndose en una de las principales causas de pérdida dentaria. “Muchas veces no es la caries la que genera el desdentamiento total, sino las enfermedades de las encías, que van destruyendo el soporte del diente hasta producir su pérdida”, explica el académico de la Facultad de Odontología Ufro.

A esto se suman las caries radiculares, que afectan las raíces de los dientes y que también tienen una alta prevalencia en este grupo etario.

El problema, advierte el académico, no termina con la pérdida de dientes. La ausencia de piezas dentarias puede afectar la capacidad de masticar, modificar la alimentación y generar consecuencias nutricionales.

Sin embargo, también existe una dimensión emocional y social. “Esto no es solamente un tema dental. Se relaciona con