

**PROYECTO UNAM**Coordinador: Roberto Arturo Gutiérrez Alcalá [robargu@hotmail.com](mailto:robargu@hotmail.com)**Restauración ecológica**

La Facultad de Ciencias invita a la "Jornada de restauración ecológica" que se realizará el próximo sábado, de 9:00 a 15:00 horas, en la zona de amortiguamiento A 11, en el Jardín Botánico de CU (junto a la Unidad de Seminarios Ignacio Chávez). Se sugiere llevar ropa cómoda y gorra. Habrá comida y agua.



PREVENCIÓN DESDE LA INFANCIA. Es importante prevenir estos males dentales con campañas dirigidas a los niños

# Desnutrición y sobrepeso por la pérdida de dientes

La Facultad de Medicina investiga la mortalidad dental en adultos, pues las caries o encías enfermas propician problemas en la alimentación de personas mayores de 50 años

“La mortalidad dental en adultos —es decir, la pérdida de dientes naturales por caries— menguaba la capacidad masticatoria, lo cual propicia desnutrición y sobrepeso en personas mayores de 50 años”, asegura la doctora Gloria Alejandra Moreno Altamirano, investigadora del Departamento de Salud Pública de la Facultad de Medicina de la UNAM y estudiosa de ese problema de salud entre la población mexicana.

Estudios específicos realizados por Moreno Altamirano en el DF indican que, debido a caries y enfermedad periodontal, el promedio de dientes en adultos de más de 50 años es de 19, cifra que está por debajo de la recomendada por la Organización Mundial de la Salud (OMS).

“Para tener una buena función masticatoria, la OMS considera que se deben conservar, al menos, 20 dientes naturales de los 28 ó 32 con que se cuentan, incluyendo los terceros molares o muelas del juicio”, dice la investigadora.

**Deficiencia orgánica**

La pérdida dental por caries o enfermedad periodontal causa en quien la padece una deficiencia, una discapacidad y una minusvalía, según un modelo de clasificación internacional de funcionamiento y deficiencias de la OMS.

“El hecho de perder un diente es una deficiencia (en este caso orgánica) que a final de cuentas se convierte en una discapacidad cuando impide masticar adecuadamente los alimentos; asimismo, el hecho de estar chumuelo puede convertirse en una minusvalía que desencadena un aislamiento social: algunas personas ya no conviven ni van a fiestas porque les da pena platicar y prefieren comer solos porque tienen que moler o picar sus alimentos, y/o quitarse la dentadura postiza para alimentarse”, señala Moreno Altamirano.

Al estudiar la dieta de los sujetos con deficiencia masticatoria por mortalidad dental, la investigadora universitaria detectó que, independientemente de su nivel económico, hay en ella una menor variedad de alimentos que contienen, sobre todo, proteínas.

“Lo primero que dejan de comer es carne, y sustituyen los alimentos crudos por blandos, muchos de los cuales son ricos en carbohidratos o no cumplen con el contenido nutricional de una dieta adecuada”, apunta la también egresada de la Facultad de Odontología de la Universidad Nacional.

Así pues, si tomamos en cuenta que la esperanza de vida se ha incrementado considerablemente en los últimos años y que nadie quiere sufrir un deterioro en su calidad de vida, resulta indispensable prevenir la mortalidad dental en los adultos.

**Incidencia diferenciada**

Si bien la mortalidad dental en adultos

## Fluorosis dental en el DF

Como medida preventiva, a la sal de mesa se le adiciona flúor, ya que este elemento hace más resistentes los dientes y disminuye la prevalencia de caries. Sin embargo, el programa de fluoración de la sal de mesa implantado en México a principios de los años 90, podría estar teniendo efectos adversos, como fluorosis dental y calcificación de la placa dentobacteriana en edades tempranas.

Si bien se ha observado en el DF una disminución de caries debido al consumo de sal de mesa fluorurada y a la aplicación tópica de gotitas de flúor, se ha detectado también que los dientes de los adolescentes empiezan a tener manchas blancas, debido quizás a los altos niveles de flúor en la sal de mesa, según un estudio de fluorosis dental en jóvenes de secundaria.

La fluorosis dental es frecuente en entidades como Aguascalientes y San Luis Potosí, donde los niveles de flúor en el agua son muy altos, pero antes no había habido casos en el DF.

En dicho estudio, realizado por Moreno Altamirano y el maestro Alberto Zolocuatécatl (de la Facultad de Odontología de la UNAM), se encontró también que la placa dentobacteriana (que es blanda y puede retirarse fácilmente con un cepillado dental adecuado) se empieza a calcificar en muchachos de 12 a 15 años.

La calcificación de esta placa (que sólo puede ser retirada por el odontólogo) puede propiciar la aparición de la enfermedad periodontal a edades más



MANCHAS BLANCAS. Por altos niveles de flúor en la sal de mesa

tempranas y ésta, a su vez, la pérdida de dientes.

“Precisamente, al analizar —en otro estudio llevado a cabo por el doctor Juan Carlos Hernández Guerrero, del Posgrado de Odontología— las diferentes concentraciones de flúor en varios paquetes de sal de mesa, encontramos que ninguno de éstos tiene lo que dice tener: o están por arriba o, bien, por debajo de lo establecido en la norma”, afirma Moreno Altamirano.

De acuerdo con la norma, la cantidad óptima de flúor que debe tener un paquete de sal de mesa es de 0.7 a 1.59 partes por millón. La Secretaría de Salud es la encargada de vigilar que se cumpla con dicha norma.

por caries y enfermedad periodontal no respeta nivel económico, edad, ni sexo, su incidencia es diferenciada.

“En efecto: aquellas personas adultas con un nivel socioeconómico bajo corren un riesgo casi tres veces mayor de tener menos de 20 dientes naturales que las personas adultas con un nivel socioeconómico medio. Por otra parte, los individuos mayores de 50 años corren un riesgo siete veces mayor de sufrir pérdida dental que los menores de esa edad. En cuanto al sexo, las mujeres pierden los dientes antes que los hombres, y, además, pierden más”, comenta Moreno Altamirano.

La diferencia en la mortalidad dental entre mujeres y hombres se debe —según un estudio en infantes llevado a cabo por la investigadora de la UNAM— a que las niñas tienen más caries que los niños porque en ellas aparecen primero los dientes permanentes; a partir de ese momento, las condiciones sociales hacen que esa diferencia nunca desaparezca. “También es probable que para las mujeres, que asisten con más frecuencia

al dentista que los hombres, pero que no disponen de recursos para tratamientos odontológicos especializados y caros, la única opción que les quede sea la extracción”, indica.

**Hiposalivación**

Moreno Altamirano también encontró que las personas que sienten la boca seca tienen, en promedio, menos dientes (16) que las que no experimentan esa sensación (21).

“Éste es un círculo vicioso: entre menos dientes se tienen, la masticación es más deficiente, hay menos estimulación de las glándulas salivales y, por ende, menos saliva (hiposalivación) y más sensación de boca seca. Y si no hay suficiente saliva, el ambiente bucal es más ácido y propicio para que se empiecen a cariar los dientes restantes”, explica la investigadora.

La hiposalivación y la sensación de boca seca impiden también integrar adecuadamente el bolo alimenticio para su fácil deglución. Al comer carne, por ejemplo, ésta se hace pastosa.

Por si fuera poco, una persona con discapacidad masticatoria por falta de dientes deja de comer alimentos duros (carne y vegetales crudos) para alimentarse con comida blanda, molida o hervida y con pan... Las consecuencias que trae esto son desnutrición y sobrepeso, padecimientos muy graves para quienes son diabéticos.

**Cuestionario**

Por otro lado, en estudios efectuados con pacientes de la clínica dental de la Facultad de Odontología de la UNAM, con derechohabientes de la clínica 4 del IMSS y con pacientes ancianos del Instituto Nacional de Ciencias Médicas y Nutrición, se detectó que quienes usan dentaduras postizas tienen problemas para masticar, ya que 80% de esas prótesis están mal ajustadas.

“Esas personas no pueden comer porque, al tratar de masticar, su dentadura se mueve y les causa dolor”, apunta Moreno Altamirano.

Gracias a un cuestionario elaborado por la investigadora para evaluar la capacidad masticatoria y su impacto en la calidad de vida, se encontró que las personas con este tipo de prótesis tenían los porcentajes más desfavorables.

“Esperamos que el Cuestionario de Capacidad Masticatoria (así se llama) sea utilizado en las clínicas del sector Salud para detectar problemas bucales y remitir a pacientes al servicio odontológico”, plantea Moreno Altamirano.

**Campañas de prevención**

Próximamente, la investigadora comenzará un estudio sobre políticas de salud bucal en México, con el fin de saber qué se hace en el sector Salud, a nivel preventivo y terapéutico, para la conservación dentaria de los mexicanos.

En la Secretaría de Salud, el IMSS y el ISSSTE, aunque se ha generalizado la política de no extraer dientes, normalmente se ofrece el tratamiento para caries incipientes y amalgamas, pero no tratamientos más sofisticados, como endodoncias e incrustaciones, porque son más costosos.

Tampoco hay una política para la conservación de los dientes, dirigida a edades tempranas o a la población de alto riesgo. En sujetos de menos de 50 años de edad se están practicando muchas extracciones, lo cual da origen a una disfunción masticatoria.

“La pérdida de dientes por caries o enfermedad periodontal en México se puede prevenir con campañas en las que no sólo se recomiende higiene dental, sino también se muestre el impacto que tiene aquella en la capacidad masticatoria, así como la necesidad de conservar los dientes para evitar enfermedades. Incluso se debe promover el empoderamiento del paciente para que exija la conservación, en vez de la extracción dental. Otra medida útil es incorporar, en los servicios odontológicos básicos, tratamientos dentales más sofisticados, como endodoncias, incrustaciones y prótesis”, concluye Moreno Altamirano (Fernando Guzmán Aguilar).

Síguenos en facebook en el grupo [KIOSKO-ELUNIVERSAL](#)

**EN BREVE**

### » Cuidado con el Síndrome del biberón



PROBLEMA. Dientes cariados por consumo excesivo de azúcar

México ocupa el primer lugar entre los países consumidores de refrescos, cuya ingestión va asociada a las caries. Un ambiente ácido en la boca por comer dulces, principalmente, propicia el desarrollo de bacterias que causan la desmineralización del esmalte, la cual precede a las caries. Aquellos niños de tres a cinco años que tienen todos los dientes de enfrente cariados padecen el síndrome del biberón, es decir, se pasan el día con la mamila del biberón en la boca, tomando refresco, leche endulzada, chocolate o jugo. La capacidad masticatoria aumenta el flujo sanguíneo, estimula la actividad neuronal del cerebro e incrementa el flujo salival, fundamental para la salud bucal.



MOLARES. Nos sirven para triturar y masticar los alimentos

### » 44 preguntas sobre la capacidad masticatoria

El Cuestionario de Capacidad Masticatoria consta de 44 preguntas que corresponden a las tres dimensiones del citado modelo de la OMS: deficiencia, discapacidad y minusvalía; se aplicó a tres grupos diferentes: de ancianos, de gente con dentadura mixta (dientes naturales y prótesis) y de jóvenes con dientes sanos.

Las preguntas tienen opciones de respuesta tales como: nunca tengo problemas, casi nunca, a veces, casi siempre y siempre, y éstas, a su vez, un puntaje; por ejemplo: nunca tengo problemas vale 0; y siempre, 5.

Mientras los puntajes de los jóvenes fueron homogéneos, con cifras de discapacidad muy bajas, los de los otros dos grupos presentaron diferencias. Los adultos con dentadura mixta tuvieron un promedio de 14 puntos; y los ancianos, de 21; sin embargo, en los casos en que la dentadura postiza se movía, la media aumentó a 61 o incluso llegó hasta 108.

### » Relación entre la salud bucal y el plomo

No hace mucho se realizó un análisis de dientes residuo de escolares de seis años de 16 escuelas (una por delegación) localizadas en el DF.

En él se encontró que el plomo sustituye al calcio y que no hay diferencia en cuanto a caries se refiere entre aquellos niños con una alta concentración de plomo y aquellos con un nivel bajo, pero que los niños con una mala higiene bucal sí presentan menos caries, debido posiblemente a que el plomo inhibe el desarrollo de bacterias.