

## Las patologías bucodentales están estrechamente conectadas con la salud cardiovascular

- Las enfermedades cardíacas afectan a más de 11 millones de personas en España, casi un 25% de la población, y son la primera causa de mortalidad en nuestro país.
- Con motivo del Día Mundial del Corazón, que se conmemora el 29 de septiembre, el Consejo General de Dentistas y la Fundación Dental Española (FDE) han editado un [folleto descargable](#) destinado a los pacientes con patología cardiovascular para ayudarles a prevenir las patologías bucodentales y concienciarles sobre la importancia de la prevención en salud oral.

**Madrid, 26 de septiembre de 2025.** Las enfermedades bucodentales no tratadas afectan a gran parte de la población en España, según los datos de las Encuestas Epidemiológicas de Salud Oral promovidas por el Consejo General de Dentistas de España. Las patologías bucodentales suponen un reto en el paciente cardíaco. Varios estudios han examinado una posible asociación entre la enfermedad periodontal y la enfermedad cardiovascular (ECV).

Entre otras patologías asociadas se han analizado la hipertensión, la fibrilación auricular, la enfermedad coronaria y la hiperlipidemia. En todas ellas se ha demostrado que la presencia de enfermedad periodontal activa no tratada aumenta considerablemente el riesgo de padecerlas. La asociación de la periodontitis con la ECV se ha explicado por una serie de mecanismos que, a grandes rasgos, pueden clasificarse en efectos directos e indirectos entre los procesos de la enfermedad. Los mecanismos directos incluyen los efectos de las bacterias periodontales y sus factores de virulencia en las paredes vasculares, mientras que los efectos indirectos comprenden la inflamación sistémica y los cambios metabólicos causados por la periodontitis.

Numerosos estudios confirman que el riesgo de enfermedad aterosclerótica y el de enfermedad cardíaca coronaria, en presencia de periodontitis, aumenta hasta 3 veces.

El Dr. Óscar Castro Reino, presidente del Consejo General de Dentistas y de la Fundación Dental Española, recuerda que “una boca sana en el paciente

cardiovascular contribuye al control de su patología de base y previene complicaciones mayores". De hecho, la relación entre una salud oral deteriorada y muchas patologías cardiovasculares está ampliamente avalada por la evidencia científica.

### **Recomendaciones para pacientes con enfermedades cardiovasculares**

Con motivo del Día Mundial del Corazón, que se celebra el 29 de septiembre, el Consejo General de Dentistas y la FDE han elaborado un [folleto educativo](#) dirigido a los pacientes con patología cardiovascular, en el que se muestra cómo se debe cuidar la cavidad oral para disfrutar de una óptima salud bucodental:

- Los dientes deben cepillarse al menos dos veces al día con pasta dentífrica fluorada por la mañana y por la noche. La duración adecuada es de 2 minutos e incluye las encías y la lengua. Se puede realizar con cepillo manual o eléctrico.
- Además, es muy importante limpiarse las zonas entre los dientes, con el uso de seda dental o bien con cepillos interdetales. Lo recomendable es hacerlo por la noche.
- Después de lavarse los dientes hay que enjuagar bien el cepillo con agua, secarlo y dejarlo en un lugar seco. Los cepillos deben cambiarse cada 3 meses o antes si se deforman las cerdas. También conviene cambiar de cepillo si se ha sufrido una gripe o cualquier otra enfermedad infecciosa.
- En caso de llevar prótesis removible, estas deben retirarse después de cada comida y limpiarlas cuidadosamente para evitar infecciones.
- En algunos casos, el dentista puede recomendar utilizar enjuague, gel o un spray, normalmente antiséptico, para combatir las bacterias. Nunca deben usarse si no han sido prescritos y se ha informado de cómo y durante cuánto tiempo utilizarlos.
- Es fundamental que los pacientes con patología cardiovascular acudan periódicamente al dentista.
- Llevar una dieta sana y equilibrada, priorizando las verduras, frutas, pescados y aceite de oliva y se controle el consumo de los azúcares.
- No fumar y no consumir alcohol.

"Mantener la boca sana en el paciente con patología cardiovascular, además de ser prioritario, es factible adoptando unos adecuados hábitos saludables, teniendo una correcta información y realizando unas revisiones dentales periódicas", concluye el Dr. Castro.

### **Fundación Dental Española**

*La Fundación Dental Española (FDE) es la fundación del Consejo General de Dentistas de España.*

*Nace en 1997 con el objeto de promover la salud bucodental de todos los españoles, así como fomentar y desarrollar iniciativas encaminadas a conseguir una óptima salud bucodental en todos los sectores de la población.*

*La FDE asume la Responsabilidad Social Corporativa de todos los dentistas españoles y su actividad se estructura en torno a 3 grandes pilares: la promoción de la salud oral a la población española con el objetivo de proporcionar información útil y de calidad sobre los cuidados orales; la formación continuada, dirigida a todos los dentistas a fin de colaborar en unos mayores y mejores niveles de conocimientos y habilidades; y la solidaridad, dirigida hacia los que más la necesitan, ayudándoles a aumentar su accesibilidad a los cuidados bucodentales.*

*Nuestra fundación no tiene ánimo de lucro y todos los ingresos que genera se reinvierten en incrementar y mejorar todas estas acciones.*

### **Consejo General de Colegios de Dentistas de España**

*Creado en el año 1930, es el Órgano ejecutivo de la Organización Colegial de Dentistas. Entre sus competencias destacan la coordinación de la política general de la Organización Colegial, la ordenación del ejercicio de la profesión, la representación y la defensa de los intereses de sus profesionales, y la promoción del derecho a la salud odontológica de los españoles. Es también competencia del Consejo General la elaboración, desarrollo y actualización del Código Ético y Deontológico estatal de la profesión, así como de la promoción social, científica, cultural y laboral de la Odontología y la Estomatología.*