



La caries es una enfermedad infecto-contagiosa producida por bacterias del tipo *Streptococcus mutans*, las cuales se adhieren a los dientes y producen una película pegajosa e incolora denominada placa dentobacteriana que con el tiempo destruye el esmalte de los dientes. La caries afecta a 85 por ciento de la población en México, donde los grupos más vulnerables son los niños y adultos mayores.

Los adultos mayores con diabetes son una parte de la población vulnerable a las caries debido a que este tipo de pacientes cuando tienen alguna pieza infectada llegan a registrar alzas en los niveles de glucosa. Por eso es importante que las personas con enfermedad sistémica acudan con el especialista cada seis meses ya que requieren de una estricta vigilancia dental, aseguró María Dolores Sánchez, especialista en odontología integral.

La caries también afecta la correcta masticación de los alimentos. Cuando existe caries o se pierden piezas dentales, por ejemplo, las personas mastican de forma incorrecta, por lo que no hay una buena trituración de los alimentos y al pasar al estómago no hay una adecuada absorción de los nutrientes, lo que puede llevar a una desnutrición, expone la odontóloga.

La odontóloga advierte que la caries comienza en la niñez y aumenta con el paso de los años por la falta del cuidado y prevención adecuados.

Al llegar a la adolescencia y la edad adulta la caries se refleja en piezas destruidas, infección periodontal, inadecuada masticación, desnutrición, dolor, fiebre y el riesgo de afectaciones a la salud sistémica, como por ejemplo endocarditis (infección en el corazón), que puede provocar la muerte del paciente.

La caries es consecuencia de alta ingesta de azúcares y carbohidratos: las bacterias proliferan y cambian el PH de la boca haciéndolo más ácido, con lo cual el esmalte de los dientes se vuelve frágil. A la vista se ven manchas blancas con aspecto poroso conocido como desmineralización y que con el tiempo se comienza a picar. La falta de higiene adecuada ayuda a la formación de la caries, señaló González.

La higiene bucal es una medida muy económica para el paciente y para el sector salud: un cepillado adecuado evitará pérdida de piezas dentales y tratamientos costosos, así como complicaciones por una infección en el corazón que podría causar la muerte.

La caries dental es un problema de salud pública y tiene que ver con la ausencia de una cultura de higiene bucal: nos hace falta hacer más difusión en este aspecto, recalcó la especialista.

Con información de **Vértigo Político**