

PUBLIRREPORTAJE

EL EXPERTO OPINA

DOCTOR EDUARDO ANITUA. CIRUJANO-DENTISTA E INVESTIGADOR

Osteoporosis y salud oral

Aunque suele asociarse a fracturas óseas, la osteoporosis también afecta a la salud bucodental: compromete la calidad del hueso maxilar, incrementa el riesgo de enfermedad periodontal y puede condicionar tratamientos como los implantes dentales. Por eso, la prevención y el seguimiento odontológico son fundamentales.

Dr. Anitua, ¿qué es la osteoporosis?

La osteoporosis es una enfermedad que debilita los huesos, volviéndolos menos densos, más frágiles y propensos a fracturas. Puede estar causada por el envejecimiento, cambios hormonales (como la menopausia), una dieta baja en calcio y vitamina D, falta de ejercicio, consumo de tabaco o alcohol, ciertos medicamentos y enfermedades crónicas. También puede estar influenciada por la genética.

La osteoporosis es una enfermedad silenciosa que puede desarrollarse sin síntomas durante años, hasta que se manifiesta con una fractura inesperada. Estas 'fracturas por fragilidad' ocurren tras caídas leves o incluso durante actividades cotidianas, y no se producirían en un hueso sano. Las más frecuentes afectan a la cadera, las vértebras, la muñeca o el hombro.

¿Afecta la osteoporosis a la salud oral?

Sí. Al igual que en otras partes del esqueleto, la osteoporosis puede provocar una disminución de la densidad ósea en los maxilares, en especial en el hueso alveolar que rodea y sostiene los dientes. Esta pérdida de masa ósea reduce la resistencia de los maxilares y favorece una reabsorción más rápida del hueso en casos de enfermedad periodontal o tras la pérdida de un diente.

Además, se ha observado una relación significativa entre osteoporosis y periodontitis. Aunque los mecanismos exactos no están del todo esclarecidos, se cree que ambas enfermedades comparten procesos inflamatorios, alteraciones hormonales y desequilibrios en el metabolismo óseo. En particular, las mujeres postmenopáusicas con osteoporosis presentan un mayor riesgo de desarrollar enfermedad periodontal, y esta suele evolucionar de forma más agresiva. Todo ello subraya la importancia de mantener un control riguroso de la salud bucodental en este grupo de pacientes.

¿Los pacientes con osteoporosis requieren tratamientos especiales en la consulta del dentista?

Es importante que el dentista conozca si el paciente tiene osteoporosis y el tratamiento que está siguiendo, ya que algunos fármacos utiliza-

dos para esta enfermedad pueden afectar a la cicatrización del hueso y aumentar el riesgo de complicaciones tras ciertas intervenciones, como extracciones dentales o colocación de implantes. Así, el profesional valorará cada caso de forma individual, podrá adaptar el plan de tratamiento y tomar precauciones adicionales si es necesario. Además, estos pacientes deben acudir con regularidad a revisión, mantener una higiene bucal rigurosa y adoptar hábitos que beneficien tanto la salud ósea como la bucodental.

Entonces, ¿se pueden colocar implantes en pacientes con osteoporosis?

Sí, los implantes dentales pueden colocarse en pacientes con osteoporosis, aunque requieren una evaluación cuidadosa. En estos casos, la calidad del hueso suele estar comprometida, lo que puede afectar tanto a la estabilidad inicial del implante como a su integración con el hueso. Por eso, es fundamental una planificación individualizada, que incluya técnicas poco invasivas, tratamientos regenerativos y la elección adecuada del momento en que se colocará la prótesis sobre el implante, para asegurar una buena cicatrización del hueso.

¿Qué recomendaría a los pacientes con osteoporosis?

A las personas con osteoporosis, y a todos los pacientes en general, les recomendaría cuidar especialmente su salud bucodental, llevar una alimentación rica en calcio (como lácteos, vegetales de hoja verde o frutos secos), asegurar niveles adecuados de vitamina D y realizar ejercicio físico regular, ya que contribuye no solo a fortalecer los huesos, sino también a preservar la salud de la boca. Por supuesto, hay que evitar el consumo de tabaco y alcohol para prevenir complicaciones.

Por último, es fundamental mantener una buena higiene oral diaria, acudir a las revisiones periódicas con el dentista e informar siempre sobre el tratamiento que están siguiendo.

RPS: 220/19

RECOMENDACIONES PARA PACIENTES CON OSTEOPOROSIS

- Sigue una alimentación rica en calcio**
- Asegura un buen nivel de vitamina D**
- Realiza ejercicio con regularidad**
- Evita el alcohol y el tabaco**
- Mantén una buena higiene oral**
- Acude a las revisiones periódicas con tu dentista**

No olvides informar a tu dentista sobre el tratamiento que estás siguiendo para la osteoporosis.



Visita nuestro canal de
 YouTube

y descubre nuestros consejos de salud en formato vídeo.

