

LA SALUD DENTAL PODRÍA SER BUENA PARA EL CORAZÓN



Si bien la idea de que la salud del corazón y la salud dental están relacionadas suena bastante absurda, de acuerdo a una investigación llevada a cabo en Inglaterra, se descubrió que existe una fuerte relación entre el cuidado de la dentadura y las probabilidades de sufrir un ataque cardíaco.

En este estudio, llevado a cabo por la Federación Escocesa de Encuestas de Salud, se examinó a más de 11.000 individuos de todas las edades con el objetivo de identificar una posible relación entre la salud dental y la salud del corazón. Además de brindar información sobre su salud dental, los participantes tuvieron que informar a los investigadores sobre sus hábitos cotidianos, como el consumo de cigarrillos, la actividad física y otras actividades asociadas a la salud.



“Nuestros resultados confirmaron y reforzaron la idea que asocia la higiene oral con el riesgo de enfermedades cardiovasculares” afirmó el Dr. Richard Watt, de la Universidad de Londres. De acuerdo a los investigadores, los resultados del estudio no fueron una sorpresa, sino que fueron una confirmación de una hipótesis estudiada por más de 10 años.

En otra investigación llevada a cabo en Estados Unidos descubrió que a medida que la salud de las encías mejora, también mejoran los índices por los cuales la placa se acumula en las arterias. Este estudio demostró que las posibilidades de desarrollar arterosclerosis, una enfermedad que afecta las arterias, es menor en pacientes que cepillan sus dientes a diario y mantienen una buena higiene dental.

Pero, en términos científicos, ¿Cómo se relaciona la higiene dental con las enfermedades cardíacas? La bacteria que se desarrolla en la boca cuando se sufre de problemas en las encías, aumenta la inflamación de las arterias y estimula la reacción biológica que reduce su tamaño, contribuyendo así al desarrollo de arterosclerosis. Una vez que aparece esta enfermedad, la posibilidad de sufrir un ataque cardíaco en algún momento es probable.

La próxima vez que pienses en evitar el dentista o que no tengas ganas de levantarte a cepillarte los dientes recuerda que una buena higiene dental puede tener efectos sorprendentes en la salud del corazón. Haz que el cuidado de tus dientes se vuelva un hábito y además de lucir una sonrisa blanca y brillante, gozarás de una buena salud



**Sistema de Gestión de Seguridad y
Salud en el Trabajo
Bienestar Institucional**

**SUBPROGRAMA ESTILOS DE
VIDA SALUDABLE
MENSAJES SALUDABLES**

Número
005/B/2019

WEB GRAFIA

TODO MAIL.(2019) *La salud dental podría ser buena para el corazón*. Recuperado de <http://www.todo-mail.com/content.aspx?emailid=1497&q=CORAZON+SALUDABLE>