CONSEJO DENTISTAS
ORGANIZACIÓN COLEGIAL DE DENTISTAS DE ESPAÑA | FDE



El quid de la cuestión

Relación entre la salud cardiovascular y la salud bucodental

Salud Cardiovascular

Cada hora, 13 personas mueren en España a causa de una enfermedad cardiovascular (ECV). En España, las ECV son una de las principales causas de muerte, junto a los tumores, con más de 120.000 fallecimientos en 2024[1]. La cardiopatía isquémica es la primera causa de mortalidad dentro de las ECV, seguida de los accidentes cerebrovasculares. La causa de las ECV varía según el tipo. Por ejemplo, la acumulación de placa en las arterias (aterosclerosis) puede provocar enfermedad coronaria y enferme-dad arterial periférica. Entre los factores de riesgo comunes de las ECV se incluyen la hipertensión arterial, el colesterol alto, el tabaquismo, la diabetes tipo 2, los antecedentes familiares y la falta de actividad física.



Cada
5 minutos,
fallece una persona en España
por patología cardiovascular.



Aproximadamente
67%
de los adultos mayores de 65 años en España
presentan algún tipo de periodontitis.

Salud bucodental

La enfermedad periodontal (EP) es una de las enfermedades inflamatorias más comunes en los seres humanos, siendo la sexta enfermedad más frecuente a nivel mundial. Aproximadamente el 35 % de los adultos de 35 años o más en España padece algún tipo de periodontitis. En los adultos jóvenes (35-44 años), el 29% padece periodontitis moderada, mientras que casi el 7 % padece periodontitis grave. En los mayores de 65 años, la periodontitis severa afecta al 28%[2]. En la fase de periodontitis, la EP no solo puede causar inflamación del tejido periodontal, sino que también puede producir mediadores inflamatorios que afectan a la circulación sanguínea y, por lo tanto, a la salud cardiovascular.

La relación entre la Salud Oral y la Salud Cardiovascular

Aunque la bibliografía que respalda la relación entre la caries dental y las enfermedades cardiovasculares es menos abundante, existen pruebas sustanciales que respaldan la relación entre la enfermedad periodontal (EP) y un mayor riesgo de padecer enfermedades cardiovasculares (ECV). Las personas con periodontitis tienen entre dos y tres veces más riesgo de sufrir un infarto de miocardio, un ictus o un episodio cardiovascular grave. Las bacterias de la boca pueden pasar al torrente sanguíneo, elevando los niveles de proteína C reactiva y provocando inflamación en los vasos sanguíneos, lo que conduce a un mayor riesgo de ECV. La EP está relacionada con la aterosclerosis, una forma de ECV causada por la acumulación de placas de grasa en diversas arterias; concretamente, se han encontrado bacterias periodontales en las placas ateroscleróticas. En última instancia, la aterosclerosis puede provocar enfermedad coronaria –el tipo más común de cardiopatía–, que puede derivar en un infarto de miocardio o insuficiencia cardíaca. Varias revisiones sistemáticas demuestran una mayor prevalencia de enfermedad coronaria, riesgo de infarto de miocardio y otros eventos coronarios entre los pacientes con periodontitis.



Aquellos con enfermedad periodontal presentan un riesgo

2 a 3 veces

mayor de tener **infarto de miocardio, ictus o un evento cardiovascular severo.**

Hay más pruebas que apuntan a una asociación independiente entre la EP y el riesgo de sufrir un ictus, concretamente de tipo cardioembólico y trombótico. En general, la relación entre la EP y el aumento del riesgo de ECV refuerza el vínculo entre la salud bucodental y la salud general.

> ***Es posible reducir el riesgo de endocarditis infecciosa manteniendo una buena salud bucodental mediante cuidados dentales profesionales rutinarios y cuidando la higiene dental en casa con el uso de productos como cepillos de dientes, hilo dental y otros dispositivos para eliminar la placa bacteriana.***

La relación entre la Salud Oral y la Endocarditis infecciosa

La endocarditis infecciosa (EI) es una infección causada por bacterias que penetran en el torrente sanguíneo y se alojan en la pared cardiaca, en una válvula cardíaca o en un vaso sanguíneo. Aunque es poco frecuente, con una incidencia de aproximadamente 6 casos por cada 100 000 personas al año, las personas con una afección cardíaca previa, como una cardiopatía congénita, una válvulopatía o una cirugía valvular cardíaca previa, corren un mayor riesgo de desarrollar EI. Esta afección puede provocar una válvula con fuga, bloqueo cardíaco (cuando la señal eléctrica que controla los latidos del corazón se bloquea parcial o totalmente), insuficiencia cardíaca y otras complicaciones. Sin tratamiento, la EI puede ser mortal. Las infecciones pueden provenir de diversas fuentes, entre ellas una mala higiene bucal, lesiones leves en el revestimiento de la boca o las encías por un cepillado agresivo y procedimientos dentales. Sin embargo, la Asociación Americana del Corazón (AHA) reconoce que la EI es más probable que se produzca debido a la exposición diaria a las bacterias (en personas con mala higiene dental) que a la exposición durante un procedimiento dental. Se puede reducir el riesgo de EI manteniendo una buena salud bucodental mediante cuidados dentales profesionales rutinarios y cuidando la salud dental en casa mediante el uso de dispositivos dentales como cepillos de dientes, hilo dental , cepillos interdentales y otros dispositivos para eliminar la placa bacteriana.



Salud Oral en niños con patología cardiaca

Las encías inflamadas y en mal estado pueden aumentar el riesgo de desarrollar endocarditis infecciosa en personas con problemas cardiovasculares preexistentes. Este problema es especialmente preocupante en el caso de los niños, ya que los que padecen enfermedades cardíacas pueden tener un mayor riesgo de desarrollar endocarditis infecciosa a causa de las bacterias bucales. Esto es especialmente preocupante en un país como España, al que el 30% de los de 6 años nunca ha visitado al dentista y solamente se cepilla los dientes, al menos 2 veces al día, uno de cada dos[3]. La mala salud bucodental y la falta de atención dental preventiva entre los niños con una afección cardíaca pueden tener consecuencias más graves, como la endocarditis. Por ello es imprescindible llamar la atención sobre la importancia de dar prioridad a la salud bucodental de los niños con afecciones cardíacas, al considerar los vínculos entre la salud bucodental y la salud cardiovascular. En este contexto, los buenos hábitos buco-dentales domiciliarios deben ser supervisados por los padres, al menos hasta asegurarse de la correcta técnica utilizada por el menor.

> ***Las sólidas pruebas que relacionan la enfermedad periodontal con las enfermedades cardiovasculares, indepen-dientemente de si existe o no una relación causal directa, refrendan la importancia de una buena salud bucodental para mantener una buena salud cardíaca.***

Dudas sobre la relación causal entre ECV y EP

Aunque existen pruebas sustanciales que respaldan la relación entre la enfermedad periodontal y las enfermedades cardiovas-





culares, la causalidad de esta asociación sigue siendo objeto de debate. En la actualidad, se carece de investigaciones de alta calidad con criterios de valoración de enfermedades cardiovasculares (por ejemplo, la mortalidad cardiovascular). En su lugar, la mayoría de los estudios utilizan marcadores sustitutivos o biomarcadores (por ejemplo, indicadores de daño cardíaco y coágulos sanguíneos) como criterios de valoración de enfermedades cardiovasculares. Además, existen cuestiones éticas relacionadas con la realización de ensayos controlados aleatorios que incluyen la suspensión del tratamiento de las ECV para determinar una relación causal entre el tratamiento periodontal y los criterios de valoración de las ECV. Dicho esto, la sólida evidencia que vincula la EP con las ECV, sea o no de causalidad directa, refuerza la importancia de una buena salud bucodental para mantener una buena salud cardíaca.

Investigación como ayuda para subsanar las lagunas

Las futuras investigaciones que evalúen la relación entre la enfermedad periodontal y las enfermedades cardiovasculares deberían considerar la posibilidad de realizar estudios intervencionistas a largo plazo que integren el estado periodontal de los pacientes, con el fin de obtener más información sobre dicha relación. Una revisión sistemática de los hallazgos recientes relacionados con la relación causal entre la periodontitis y la enfermedad cardiovascular sugiere la creación de una «base de datos longitudinal a gran escala y bien documentada que tenga en cuenta los parámetros de salud bucodental» para sortear las barreras éticas y ayudar a establecer la causalidad. Investigaciones adicionales pueden evaluar los resultados de las ECV, comparando a quienes reciben tratamiento para la EP con quienes no lo hacen.

Pasar a la acción

Para comprender la relación entre las ECV y la EP es necesario que tanto los médicos como los dentistas tomen medidas para mitigar los riesgos de aparición de estas enfermedades. Por ejemplo, los dentistas están en una posición idónea para detectar indicadores de riesgo de enfermedades cardiovasculares, como la presión arterial alta, y para informar mejor a los pacientes sobre la relación entre su salud bucodental y las ECV. Los dentistas también están bien preparados para derivar a los pacientes a equipos de atención médica general u otros servicios especializados, con el fin de garantizar que reciban la atención adecuada. Los médicos, incluidos los cardiólogos y los médicos de familia, pueden desempeñar un papel más importante a la hora de animar a sus pacientes a someterse a profilaxis dentales rutinarias. En general, la cooperación entre las comunidades odontológica y médica, así como el aumento de los esfuerzos para tomar medidas que reduzcan el riesgo de la asociación entre las ECV y la EP, son fundamentales para mejorar los resultados globales de salud.

Conclusiones

Dada la relación existente entre la salud bucodental y la salud cardiovascular, es fundamental practicar una buena higiene bucodental para beneficiar nuestra salud general. La atención dental rutinaria y una higiene bucodental adecuada, que incluye cepillarse los dientes y usar hilo dental dos veces al día, pueden ayudar a prevenir y mitigar la enfermedad periodontal. En la actualidad, los adultos identificados como de bajos ingresos, los niños y las mujeres embarazadas, corren un mayor riesgo de padecer enfermedades bucodentales. Las graves consecuencias de la enfermedad periodontal no tratada y las tasas desproporcionadas de EP y ECV entre las poblaciones desfavorecidas refuerzan la necesidad de realizar esfuerzos para mejorar el acceso a la atención dental rutinaria. Además, debido al mayor riesgo de infección por bacterias bucales entre los niños con afecciones cardíacas, es importante que los padres y cuidadores, así como los propios niños, se aseguren de mantener una buena salud bucodental para mejorar su salud general. Dado que las ECV siguen siendo la segunda causa de muerte en España, debemos seguir teniendo en cuenta el papel que desempeña nuestra salud bucodental en la salud cardiovascular[4].

Signos de alerta de enfermedad periodontal



Encías enrojecidas, inflamadas o dolorosas al tacto. Encías que sangran al comer, cepillarse los dientes o usar hilo dental.

Signos de pus o infección alrededor de las encías y los dientes.





Presencia de **sarro** en boca descuidada.

Dientes que se **mueven** o se están separando. Cualquier cambio en la **forma en que ocluyen** los dientes al morder.





Mal aliento persistente o **mal sabor** de boca.



1. INE (Instituto Nacional de Estadísticas). Estadística de defunciones según la causa de muerte. 2024. https://www.ine.es/dyngs/Prensa/pEDCM2024.htm

2. Consejo General de Dentistas de España (2026). Libro Blanco la salud oral en España: análisis de un cuarto de siglo 2000-2025.

3. Consejo General de Dentistas de España. Una mirada a la salud oral infantil en España. Libro Blanco, 2024.

4. CareQuest Institute for Oral Health. The Heart of the Matter: Links Between Oral Health and Cardiovascular Health. Boston, MA: June 2024