



Los problemas bucodentales en deportistas disminuyen su rendimiento deportivo

- Los protectores bucales evitan, cada año, entre 100.000 y 200.000 lesiones orales en los profesionales del fútbol americano.
- Una correcta hidratación e higiene dental, una dieta equilibrada, el uso de protectores bucales y evitar el consumo de bebidas energéticas, ayudarán al deportista a mantener su boca sana.

Madrid, 12 de agosto del 2020. Las enfermedades bucodentales y los malos hábitos pueden afectar a la salud y al rendimiento deportivo. Es fundamental que los deportistas y todo aquel que practique deporte de forma habitual, visite a su dentista periódicamente para asegurarse de que su estado bucodental es saludable.

“La práctica inadecuada de deporte puede ocasionar fracturas, tanto dentarias como de los maxilares. El abuso de bebidas energéticas, ricas en azúcares y ácidas, puede originar una erosión del esmalte y facilitar la aparición de caries. Asimismo, el esfuerzo físico origina boca seca. Por todo ello, es esencial que los deportistas extremen el cuidado de su salud bucodental, lo que repercutirá en su salud general y, por tanto, en la práctica deportiva”, explica el presidente del Consejo General de Dentistas, el Dr. Óscar Castro Reino.

Una boca poco saludable puede afectar al rendimiento deportivo de diversas formas:

- Los deportistas son más propensos a las caries y a las enfermedades periodontales, lo que puede provocar un efecto negativo en su rendimiento. El 55% de los deportistas que participaron en los Juegos Olímpicos de Londres presentaba caries y el 76% tenía problemas de encías.
- Los traumatismos dentales son muy frecuentes en los deportistas. El uso de protectores bucales, en los deportes de contacto, es imprescindible para prevenirlos. Según la Federación Dental Internacional (FDI), se estima que los protectores evitan, cada año, entre 100.000 y 200.000 lesiones orales en los profesionales del fútbol americano.
- La maloclusión puede ser el origen de determinados problemas posturales, lo que incrementa el riesgo de sufrir lesiones. Asimismo, determinadas tendinitis y mialgias en deportistas tienen su origen en infecciones bucodentales.



- Un flemón, una infección o la erupción de las muelas del juicio antes de una competición pueden disminuir el rendimiento del atleta y provocar problemas en las articulaciones y musculatura.
- En los deportes acuáticos, la disminución del pH del agua de las piscinas puede causar erosión dental.

Una correcta hidratación e higiene dental, una dieta equilibrada, el uso de protectores bucales y evitar el consumo de bebidas energéticas, ayudarán al deportista a mantener su boca sana. “Igualmente, es importante que los deportistas se realicen revisiones periódicas y acudan a su dentista ante cualquier molestia bucal, ya que, para evitar problemas mayores, el tratamiento dental debe ser diagnosticado lo antes posible”, concluye el Dr. Castro.

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.

Calle de Alcalá, 79 - 2º - 28009 Madrid

CONSEJO DENTISTAS

Departamento de Prensa

Teléfono: 914 264 414

prensa@consejodentistas.es