

NOTA DE PRENSA

DÍA INTERNACIONAL DEL DEPORTE PARA EL DESARROLLO Y LA PAZ

La FCOEM y la Fundación Madrid por el Deporte aúnan sus fuerzas para promover hábitos saludables

- **Determinadas patologías orales, como el bruxismo o la falta de piezas dentales, afectan al rendimiento deportivo**
- **El abuso de bebidas energéticas favorece la erosión dental y propicia la aparición de caries**

Madrid, 6 de abril de 2017.- El Colegio Oficial de Odontólogos y Estomatólogos de la I Región (COEM), a través de su fundación (FCOEM), ha firmado un acuerdo con la Fundación Madrid por el Deporte, para concienciar sobre la importancia de promover hábitos saludables entre los deportistas. Y es que, diversos estudios han demostrado que patologías orales, como el bruxismo, caries o la falta de piezas dentales, disminuye al rendimiento deportivo. Este acuerdo se enmarca en la celebración del Día Internacional del Deporte para el Desarrollo y la Paz.

La firma de este convenio pretende poner en marcha iniciativas conjuntas para fomentar hábitos saludables dentro de la práctica deportiva, especialmente aquellos que se refieren a la salud oral y general de las personas. Asimismo, este acuerdo persigue fomentar los valores del deporte con el fin de construir una sociedad no solo más sana, sino también más feliz.

Durante los Juegos Olímpicos de 2012 en Londres, investigadores británicos llevaron a cabo un estudio en el que se recogieron los datos de 278 atletas de 25 deportes diferentes. Los resultados demostraron que el 55% de los deportistas tenían caries dentales, el 45% erosión dental, el 76% gingivitis y el 15% periodontitis. Además, el 18% de los atletas afirmó que estos problemas habían afectado a su rendimiento deportivo.¹

“Desde la Fundación COEM queremos hacer hincapié en la importancia de mantener una higiene bucodental adecuada cuando se practica deporte, bien profesionalmente, o como afición. Asimismo, si se llevan a cabo revisiones exhaustivas cada seis meses, los deportistas podrán optimizar su rendimiento y

¹ Needleman I, Ashley P, Petrie A, et al ORAL HEALTH AND IMPACT ON PERFORMANCE OF ATHLETES PARTICIPATING IN THE LONDON 2012 OLYMPIC GAMES Br J Sports Med 2014;48:644-645.

prevenir lesiones, que puedan afectarles gravemente”, afirma el Dr. Antonio Montero, presidente del COEM.

Por su parte, José Antonio González de la Rosa, gerente de la Fundación Madrid por el Deporte, resalta que "desde nuestra Fundación, pretendemos ayudar al mayor número posible de personas a través del deporte. Esto supone ayudar, tanto a nuestros deportistas de alto nivel, como a todas aquellas personas y colectivos que ven en el deporte un vehículo esencial para mejorar su vida. Por esta razón, el acuerdo que firmamos con el COEM nos ayudará a difundir esos valores, que son absolutamente necesarios para nosotros y hará que nuestros deportistas estén mejor cuidados e informados en todos los aspectos relativos a la salud bucal".

Factores de riesgo

Uno de los principales factores de riesgo de padecer problemas orales, que afecta a los deportistas, es el tipo de alimentos y bebidas que ingieren antes, durante y después de la práctica de actividad física. En este sentido, el consumo frecuente de carbohidratos y de bebidas energéticas muy ácidas favorece la aparición de caries.

Asimismo, otra de las causas identificadas es la respiración oral durante la práctica deportiva, así como el estrés asociado a la competición, el entrenamiento intenso y la deshidratación. Todos ellos producen una reducción de saliva en la boca, que favorece la aparición de caries.

Además, el incremento de la tensión y el estrés también genera otros problemas como el bruxismo, que produce desgaste dentario, hipersensibilidad dental, fisuras y fracturas dentales. Esto desemboca en dolor y en algunos casos pérdida de piezas dentales.

Por esta razón, es fundamental seguir hábitos de higiene oral adecuados, como cepillarse tres veces al día con una pasta fluorada, usar seda dental, un buen colutorio, limpiarse la lengua al menos dos veces al día y acudir a revisiones con el dentista cada seis meses.

En este sentido, se debe prestar también mucha atención al consumo de azúcares, beber abundante agua durante la práctica deportiva y elegir bebidas isotónicas con el menor potencial cariogénico posible.

Sobre COEM

El Colegio de Odontólogos y Estomatólogos de la 1ª Región (COEM), fundado en el año 1930, es una Corporación de Derecho Público con personalidad jurídica propia y plena capacidad para el cumplimiento de sus fines, que se rige por la Ley de

Colegios Profesionales y por sus propios Estatutos. El ámbito territorial del Colegio comprende la Comunidad de Madrid y las provincias de Ávila, Ciudad Real, Cuenca, Guadalajara, Toledo. Desde 2015 tiene su sede social en el número 38 de la calle Mauricio Legendre, en Madrid. Actualmente cuenta con más de 8.800 colegiados.



Sobre Fundación Madrid por el Deporte

La Fundación Madrid por el Deporte, que se creó en el año 2008, nace con el objeto de contribuir al desarrollo del deporte madrileño, vinculando éste con la cultura, la educación, y el desarrollo integral de la persona. De esta forma, se contribuye a una sociedad más justa e igualitaria, que promueva la integración, la convivencia y los valores propios del deporte.

Más información:

Cariotipo MH5

914 111 347

Marina Diez - mdiez@cariotipomh5.com

Renny Núñez - munez@cariotipomh5.com

COEM

Nuria Velasco Sanz

Tel.: 91 561 29 05

e-mail: revista@coem.org.es