

## SALUD BUCAL EN LA MUJER DEPORTISTA ACTUAL

Fanny .Arteaga CHirinos, José Prado. Pèrez.

Departamentos: Bioquímica y Educación Física, Universidad de los Andes,  
Mèrida, Venezuela.

### RESUMEN

El objetivo central de este trabajo, es dar una visión general y significativa sobre la importancia de la mujer la cual desempeña diversos roles en la sociedad en general, buscando así tener una mejor calidad de vida; por ello, queremos enfocar la interrelación

existente entre la salud bucal y los grandes beneficios que aporta el ejercicio físico para mantenerla en un estado óptimo, y cuya estrecha vinculación es por supuesto desconocida. En la cavidad bucal es de suma importancia el mantenimiento de las encías, los dientes y el resto de los tejidos y órganos que conforman este principal eje de atención cuando nos interrelacionamos. En el caso de patologías de las encías cabe resaltar a las enfermedades inflamatorias infecciosas gingivales y periodontales conocidas como **“Enfermedad Periodontal”**, la cual es reportada como un problema de salud pública que afecta a la mayoría de los adultos después de 30 y 40 años, según estudios reportados por Scherp en 1960. Debe tenerse en cuenta que además de la presencia de la placa bacteriana para el desarrollo de esta enfermedad, otros factores como: las deficiencias nutricionales, exposición a tóxicos, estrés emocional y el impacto complejo de las influencias sociales, pueden modificarla. Además se ha documentado, un aumento de las probabilidades de enfermedad grave para ciertos “factores de fondo”, como el sexo, la edad mayor, el nivel socioeconómico bajo, ciertas enfermedades sistémicas entre ellas la diabetes; y la presencia de ciertas bacterias de la placa sungingival. Por otra parte el ejercicio físico ejerce diversas acciones sobre el organismo que contribuyen a impedir o impiden , la aparición de algunas enfermedades como por ejemplo la obesidad; además, existen estudios como los de Paffebarger que sugieren una mayor supervivencia de los individuos físicamente activos, lo que conduce a pensar que esta actividad fomenta la salud bucal y la eficacia tanto del individuo. Entonces la actividad física regular, produce muchos beneficios tanto en las personas con enfermedades crónicas como en las sanas; mencionándose el aumento de la fuerza de voluntad y la capacidad de autocontrol, la reducción de la ansiedad y la tensión emocional, permitiendo así de esta forma, realizar y mantener hábitos de higiene oral adecuados entre otros; disminuye la depresión en individuos moderadamente deprimidos quienes se pudiesen relacionan en forma exclusiva con la gingivitis necrotizante aguda (GUNA). Unas encías saludables, pueden ser el resultado de un programa eficiente y constante de práctica deportiva que acarrea como consecuencia el mejoramiento de su sistema inmunológico y de

defensa, según Simon, (1984), en el cual se menciona que el ejercicio físico se asocia con un incremento transitorio en los granulocitos y linfocitos (predominantemente células T).

**Descriptor:** Salud Bucal, Placa Bacteriana, Gingivitis, Periodontitis, Enfermedad Periodontal, Mujer Deportista, Entrenamiento Físico.

Dra. Fanny Y. Arteaga Chirinos. Profesora Agregado del Departamento de Bioquímica de la Facultad de Odontología, Periodoncista egresada de la Universidad Autónoma de Guadalajara, México.

Dr. José R. Prado Pérez. Profesor Asociado Departamento de Educación Física