

Envejecimiento saludable y salud bucal. Sumar para multiplicar

Healthy aging and oral health. Add to multiply

Publicado: 30 de diciembre 2024

Martha María Theodorou^{ID}

Fundadora de la Organización No Gubernamental “Salud Darnos”, Buenos Aires, Argentina

Resumen

Este editorial reflexiona sobre la importancia de la salud bucal en el envejecimiento saludable, destacando la iniciativa “8020”, promovida en 1991 por la *Japan Dental Association*, que busca que las personas conserven al menos 20 dientes funcionales a los 80 años. Se resalta cómo la pérdida de piezas dentales afecta la calidad de vida y la salud cognitiva de los mayores, mientras que su conservación mejora la expectativa de vida. En línea con esta visión, la Organización Mundial de la Salud expone el plan para el Década del Envejecimiento Saludable 2021-2030, con objetivos claros como cambiar la percepción sobre el envejecimiento, promover comunidades inclusivas y brindar atención integral a los mayores.

Como fundadora de “Salud Darnos”, una organización no gubernamental dedicada a mejorar la salud bucal en Argentina, destaco que la problemática es generalizada: falta de conocimientos, acceso limitado a rehabilitación y ausencia de integración en los esfuerzos. Propongo unirnos profesionales e instituciones para abordar esta urgencia sanitaria, reflexionando sobre la responsabilidad compartida y la necesidad de acción colectiva para garantizar un envejecimiento digno y saludable.

Palabras clave: Atención integral, calidad de vida, conservación dental, envejecimiento saludable, rehabilitación dental, salud bucal.

Abstract

This editorial reflects on the importance of oral health in healthy aging, highlighting the “8020” initiative, promoted in 1991 by the Japan Dental Association, which aims for individuals to retain at least 20 functional teeth by the age of 80. It emphasizes how tooth loss affects the quality of life and cognitive health of the elderly, whereas their conservation improves life expectancy. In line with this vision, the World Health Organization presents the plan for the Decade of Healthy Ageing 2021-2030, with clear objectives such as changing the perception of aging, promoting inclusive communities and providing comprehensive care for the elderly.

As the founder of “Salud Darnos,” a non-governmental organization dedicated to improving oral health in Argentina, I highlight that this issue is widespread: lack of knowledge, limited access to rehabilitation and lack of integration in efforts. I propose that professionals and institutions join to address this urgent health concern, reflecting on our shared responsibility and the need for collective action to guarantee dignified and healthy aging.

Keywords: Dental conservation, dental rehabilitation, healthy aging, oral health, quality of life.

Querida Asociación Odontológica Argentina, gracias por convocarme para escribir este editorial y expresar algunas de las tantas cuestiones que llevo rumiando en mi mente, conmueven mi corazón y ponen mis manos en acción.

Queridos colegas:

A mediados de 1991, la *Japan Dental Association* (JAD) propuso la iniciativa “8020”,¹ que buscaba

que instituciones y organizaciones aúnen esfuerzos para que a los 80 años la población conserve 20 piezas dentales en función.

Japón, conocido por su gran población longeva, para entonces veía cómo disminuía la calidad de vida de los adultos mayores y aumentaba su deterioro cognitivo en relación a la falta de piezas dentales. Por el contrario, quienes conservaban 20 o más de sus



Esta obra está bajo una licencia Creative Commons Atribución-NoComercial 4.0 Internacional.

piezas dentales tenían mejor salud y expectativa de vida. A partir de eso, deciden trabajar convocando a otras naciones del mundo a sumarse a esta propuesta.

También la JAD entiende que para mucha gente ya no es posible retroceder en el tiempo, ya ha perdido sus dientes o no les es posible comprender o incorporar hábitos saludables, por lo que se compromete a trabajar para resolver esas condiciones y proveer los cuidados necesarios para quien así lo requiera.

Años más tarde, en diciembre del 2020, la Organización Mundial de la Salud (OMS)² presenta el plan para la Década del Envejecimiento Saludable 2021-2030 y la Organización Panamericana de la Salud (OPS)³ lidera esta agenda en las Américas. Esta iniciativa mundial tiene como objetivo:

- Cambiar la forma en que las personas piensan, sienten y actúan sobre la edad y el envejecimiento.
- Asegurar que las comunidades fomenten las capacidades de las personas mayores.
- Ofrecer atención integrada centrada en las personas mayores.
- Brindar acceso a la atención a largo plazo para las personas mayores.

Con esos objetivos, se invita a aunar esfuerzos a los gobiernos, la sociedad civil, los organismos internacionales, los equipos de profesionales, el mundo académico, los medios de comunicación y el sector privado para mejorar la calidad de vida de las personas mayores, sus familias y sus comunidades. ¿Hay razón para sentirse excluido de esta convocatoria?

Ya estamos casi promediando la Década, los invito a que reflexionemos acerca de qué nos proponemos, como profesionales de la salud, desde lo personal e institucional, hacer al respecto.

¿Quizás tendemos a creer que alguien más debe ocuparse? La declaración de la OMS es muy clara, nos toca a todos. ¿Alguien puede hacerlo solo? Personalmente no lo creo.

¿Hay acaso una institución académica, profesional o de la sociedad civil que pueda abarcar esta compleja problemática mejor que otra cuando los adultos mayores de los próximos 50 años ya nacieron y comenzaron a perder sus piezas dentarias? Sin contar que, además, en una gran proporción no acceden a ser rehabilitados. ¿Hay algo más urgente o importante?

Desde hace alrededor de 10 años soy parte de Salud Darnos⁴, una asociación civil dedicada a mejorar la salud bucal de la población. Recorrimos mucho, desde Cuyo a Buenos Aires y desde Salvador Mazza en el límite con Bolivia a la Base Esperanza en la Antártida Argentina, solo por graficar que lo hicimos y seguimos haciendo de oeste a este y de norte a sur,

pasando por muchas provincias argentinas. En todos lados es lo mismo, falta de salud bucal, poco conocimiento sobre cómo preservarla y gente con ganas de cuidar y cuidarse cuando sabe cómo hacerlo.

Sabemos que muchos realizan tareas similares, seguramente mejor que nosotros, también que solos y separados no lo lograremos. Sabemos que otros tantos ven esta necesidad y no saben dónde trabajar. ¡Un par de horas por mes que cada uno dedicara representarían un gran avance!

La población envejece, así lo muestran las estadísticas, es inexorable, su falta de salud, un costo que afrontamos todos, también es inexorable.

Los invito una vez más a sumar para poder multiplicar, a que juntos opinemos, pensemos y propongamos la mejor forma de cumplir con la responsabilidad y el compromiso que asumimos como profesionales de la salud. ¡Cuidarla!

¡Un abrazo y gracias!

Referencias

1. Takehara S, Karawekpanyawong R, Okubo H, Tun TZ, Ramadhani A, Chairunisa F, *et al.* Oral health promotion under the 8020 campaign in Japan-A systematic review. *Int J Environ Res Public Health* 2023;20:1883. <https://doi.org/10.3390/ijerph20031883>
2. Organización Mundial de la Salud. Década del Envejecimiento Saludable (2021-2030). 2020[citado el 10 de diciembre de 2024]. Disponible en: <https://www.who.int/es/initiatives/ageing/decade-of-healthy-ageing>
3. Organización Panamericana de la salud. Década del Envejecimiento Saludable en las Américas (2021-2030). 2020[citado el 10 de diciembre de 2024]. Disponible en: <https://www.paho.org/es/decada-envejecimiento-saludable-americas-2021-2030>
4. Salud Darnos. Nuestra historia. 2015 [citado el 20 de diciembre de 2024]. Disponible en: <https://saludarnos.org/nosotros/>

Identificador ORCID

MMT  0009-0002-9156-783X

Cómo citar este artículo

Theodorou M. Envejecimiento saludable y salud bucal.
Sumar para multiplicar.
Rev Asoc Odontol Argent 2024;112:e1121201.
<https://doi.org/10.52979/raoa.1121201.1308>

Contacto:

MARTHA M. THEODOROU
contacto@saludarnos.org