

Boletín CAIPaDi

Las intervenciones nutricionales pueden tener efectos positivos en la salud periodontal

La diabetes tipo 2 y la periodontitis tienen una relación bidireccional, ya que la periodontitis impacta negativamente en el control de la diabetes, mientras que la diabetes a su vez puede exacerbar la inflamación periodontal. La hiperglucemia incrementa el estrés oxidativo, altera la respuesta inmune y afecta los procesos de reparación de los tejidos.

Se ha reportado que una dieta en azúcares refinados y alimentos almidonados, además de disminuir los niveles de glucosa en sangre, puede aminorar la respuesta inflamatoria de la enfermedad periodontal.

Badge y cols. publicaron un estudio que buscó identificar los efectos de

una dieta baja en carbohidratos en la salud periodontal y en la inflamación en pacientes con diabetes tipo 2. El estudio incluyó dos grupos de 50 personas cada uno: un grupo control y un grupo con una dieta baja en carbohidratos.

Se identificó que las personas con una dieta baja en carbohidratos presentaban menores afecciones periodontales y menores niveles de moléculas proinflamatorias, sugiriendo una respuesta antiinflamatoria.

Los autores concluyeron que una dieta baja en carbohidratos tiene el potencial de mejorar las condiciones periodontales y reducir la inflamación en

pacientes con diabetes tipo 2.

Estos datos refuerzan la importancia de las intervenciones nutricionales, no solo en la reducción de peso, control metabólico (glucémico y lipídico) y mejoría de calidad de vida, sino también son parte fundamental de la salud periodontal.

Dra. Arely Hernández Jasso
Dra. Maureen Acosta Mireles
Odontología CAIPaDi

Referencia:

Bagde HS, Alam MK, Alhamwan AKA, Aljubab HMH, Alrashedi FFA, Aljameeli DHM, et al. The effect of a low-carbohydrate diet on periodontal health and inflammation in patients with type 2 diabetes. J Pharm Bioallied Sci [Internet]. 2024;16(Suppl 1):S641–3.