



L'*Organizzazione Mondiale della Sanità* (OMS) ha stimato che, mentre nel 1985 solo 30 milioni di persone nel mondo erano affette da diabete, **nel 2025 i casi saliranno a più di 300 milioni**, con un incremento 10 volte superiore in soli 40 anni.

Un'inflammatione della cavità orale, in particolar modo delle gengive, può avere ripercussioni negative sul controllo della glicemia e scatenare l'insorgenza del diabete.

## Perché diabete e salute orale sono parte della stessa malattia?

Il diabete rende complicata  
la lotta dell'organismo,  
gengive comprese, contro le infezioni.

La glicemia, se non è tenuta sotto controllo  
può causare problemi alla bocca dei pazienti:

- |                            |                             |
|----------------------------|-----------------------------|
| 1. Gengivite o parodontite | 3. Infezione orale da fungo |
| 2. Perdita di denti        | 4. Bocca secca              |

La malattia gengivale può rivelarsi ancora più complicata in presenza di diabete.

La malattia parodontale può fare aumentare i livelli di glicemia (presenza di zucchero nel sangue) e la quantità di insulina necessaria per tenerla sotto controllo.

Il diabete non curato, a sua volta può scatenare l'insorgenza di ulteriore malattia parodontale.

**Anche se può sembrare strano la prevenzione del diabete e dei problemi che può causare, passa direttamente attraverso il miglioramento dell'igiene orale, oltre ovviamente ad avvalersi di uno stile di vita corretto.**

Oggi, il legame tra il diabete e la parodontite è molto studiato e conosciuto. *Sono numerosi gli studi che indicano come la parodontite sia collegata a un peggioramento del controllo glicemico negli individui affetti da diabete.*

## La parodontite è associata a:

1. peggioramento della glicemia
2. aumento delle malattie coronariche e cardiache
3. aumento delle malattie renali
4. un'aumentata mortalità

La correlazione tra diabete e malattia parodontale è dovuta al fatto che l'inflammatione della bocca, non solo si manifesta localmente con gonfiore, dolore e sanguinamento, ma il processo infiammatorio tipico della malattia parodontale dà inizio a tutta una catena di problemi a livello di tutto il corpo, andando a peggiorare l'insulino-resistenza ed aprendo le porte anche al diabete.



Il legame tra **malattia parodontale** e **diabete**, poi, è dannoso in tutti e due i sensi, ossia la malattia parodontale può influire sul diabete e chi soffre già di diabete può sviluppare la malattia parodontale.

La malattia che intacca la salute delle gengive, si sa, nei casi più gravi arriva a causare la perdita dei denti, con serie conseguenze sulla capacità di alimentarsi e sulla qualità della vita e della salute generale.



Una volta compresi i meccanismi a doppio senso che legano diabete e malattia parodontale, risulta perciò di assoluta importanza *sviluppare strategie di intervento che aiutino a trattare i pazienti da diverse prospettive*, per poter agire con la prevenzione e con la stessa forza su entrambi i fronti.

Dato che la parodontite, in pazienti con diabete non controllato, può portare a complicanze, è necessario che la cura di questa patologia sia affrontata da:



Diabetologi  
Medici di base  
Dentisti  
Igienisti dentali  
Nutrizionisti

In questo contesto, gli specialisti del settore dentale non devono limitarsi alla cura delle malattie parodontali, ma devono anche informare i pazienti sull'importanza dell'alimentazione, della riduzione del peso corporeo e dell'attività fisica: tutti fattori-chiave in un buon controllo glicemico.

*Un'alimentazione a basso indice glicemico (IG) e ricca di antiossidanti migliora direttamente sia l'insulino-resistenza che le malattie parodontali perché agisce in senso antiinfiammatorio*: non dimentichiamo che la parodontite è un'infezione che si manifesta a livello gengivale ma che può estendersi ad altri organi.

I dentisti e igienisti dentali possono arrivare persino a rivestire un ruolo importante nell'identificare i pazienti a rischio di diabete.

## Educ

cosa ho imparato?

Ci sono moltissime persone che non sanno di avere il diabete o di essere in uno stadio pre-diabetico. Soprattutto nei cosiddetti pazienti "di mezza età" in cui si può ancora fare con efficacia un'attività di prevenzione di queste patologie. Avere una bocca sana aiuta la salute generale.

## Azione

cosa posso fare?

Parlate con gli igienisti e con i medici del nostro studio e se dovesse emergere il sospetto di trovarsi di fronte al rischio di diabete, organizzate ulteriori approfondimenti con il vostro medico di base o con un diabetologo. Per attuare la giusta strategia ed evitare le complicanze anche gravi di questa malattia così diffusa e pericolosa. **Basta una telefonata!**

