



Universidad Autónoma del Estado de México

Salud bucodental, clave para una mejor calidad de vida: Edith Lara Carrillo

- *_La especialista de la Facultad de Odontología de la UAEMéx advirtió que el cuidado de la boca impacta directamente en la alimentación, la autoestima y el bienestar general._*
- *_La prevención y la atención oportuna son fundamentales para evitar enfermedades como caries, padecimientos periodontales y cáncer bucal._*

Toluca, Méx. - 20 de marzo de 2026. La salud bucodental es mucho más que una cuestión estética: es un pilar del bienestar integral y un factor determinante en la calidad de vida de las personas, subrayó Edith Lara Carrillo, Profesora de Tiempo Completo de la Facultad de Odontología de la Universidad Autónoma del Estado de México (UAEMéx), quien hizo un llamado a fortalecer la prevención, la educación y la atención oportuna.

“La salud bucal es parte fundamental de la salud de cada persona. Esta fecha busca generar conciencia sobre el papel que juega en la calidad de vida, ya que no solo se trata del cuidado de los dientes, sino de todos los tejidos que conforman la cavidad oral”, señaló, en el marco del Día Mundial de la Salud Bucodental, que se celebra este 20 de marzo.

La especialista explicó que mantener una boca sana impacta directamente en funciones esenciales como la alimentación, el habla y la interacción social. Una adecuada salud bucodental permite una correcta nutrición, evita dolor e infecciones y contribuye a la autoestima y seguridad personal. Por el contrario, los problemas en la cavidad oral pueden derivar en dificultades para comer, molestias constantes e incluso, aislamiento social.

En este sentido, destacó que la boca es la puerta de entrada del organismo, por lo que su estado influye directamente en el bienestar general. Además, advirtió que en esta zona pueden detectarse signos tempranos de enfermedades graves, como lesiones en la lengua o cáncer bucal, cuya atención oportuna puede marcar la diferencia entre la vida y la muerte.

Respecto a las enfermedades más comunes, indicó que la caries continúa siendo el principal problema a nivel mundial, seguida de la enfermedad periodontal —relacionada con la inflamación de encías y tejidos de soporte— y las maloclusiones, que no solo afectan la apariencia, sino que también pueden generar alteraciones funcionales en la masticación y el habla.





Universidad Autónoma del Estado de México

Ante este panorama, Lara Carrillo subrayó la importancia de fomentar hábitos de higiene desde edades tempranas. El correcto cepillado, el uso de flúor y las visitas periódicas al dentista son prácticas fundamentales que, además de prevenir enfermedades, permiten conservar la salud y mejorar la calidad de vida a largo plazo.

Asimismo, destacó que la Facultad de Odontología de la UAEMéx impulsa acciones de prevención y atención orientadas a fortalecer la cultura del autocuidado, entre ellas investigaciones, brigadas comunitarias, pláticas educativas y servicios clínicos accesibles. Estas acciones se brindan a través de seis clínicas de atención general y tres de especialidades en odontopediatría, ortodoncia y endodoncia.

Finalmente, Edith Lara Carrillo reiteró que cuidar la salud bucodental es una inversión en bienestar y calidad de vida. “Si queremos estar sanos, tenemos que empezar por mantener sanos todos los tejidos de la boca. La prevención siempre será la mejor herramienta para evitar complicaciones mayores”, concluyó.

