LIBRO BLANCO

LA SOSTENIBILIDAD EN LAS CLÍNICAS DENTALES EN ESPAÑA

FDE
Fundación Dental Española

CONSEJO DENTISTAS
ORGANIZACIÓN COLEGIAL DE DENTISTAS DE ESPAÑA

LIBRO BLANCO

LA SOSTENIBILIDAD EN LAS CLÍNICAS DENTALES EN ESPAÑA

Reservado todos los derechos. Ninguna parte de esta publicación podrá ser reproducida, almacenada o transmitida en cualquier forma ni por cualquier procedimiento electrónico, mecánico, de fotocopia, de registro o de otro tipo sin la autorización por escrito del titular del Copyright.

© Consejo General de Colegios de Dentistas de España.

I.S.B.N.: 978-84-127191-3-0
Depósito legal: M-25701-2023

Editorial:

GRUPO ICM DE COMUNICACIÓN
Avenida de San Luis, 47. 28033 Madrid.
Tel.: 91 766 99 34 / www.grupoicm.es
Impreso en España / Printed in Spain.

El papel utilizado en este producto procede de reciclado y fuentes controladas.

ÍNDICE

OBJETIVOS Y METODOLOGÍA 7

- Objetivos de la investigación 8
- Ficha técnica 9

RESULTADOS DE LA INVESTIGACIÓN 13

- Reciclar 14
- Reutilizar y reparar 20
- Rechazar y reducir 26
- Los desplazamientos 30
- Las compras 34
- Energía 40
- Agua 50
- Residuos y emisiones de carbono 54
- Aspectos generales 58

DISCUSIÓN 65

PROPUESTAS Y RECOMENDACIONES 75

COMPROMISO CON EL EJERCICIO RESPONSABLE Y SOSTENIBLE 89

BIBLIOGRAFÍA 104

P R Ó L O G O

En una cumbre especial celebrada en marzo de 2022, la Federación Dental Internacional (FDI) lanzó una Declaración de Consenso sobre el cuidado de la salud bucodental ambientalmente sostenible, desarrollada conjuntamente con la industria y la cadena de suministro de la salud oral. La declaración expone las oportunidades para mejorar y ofrecer soluciones ambientalmente sostenibles. El Consejo General de Dentistas de España y la Fundación Dental Española se han sumado a esta iniciativa organizando la campaña Odontología Sostenible con la convicción de que, realizando pequeños gestos, se pueden alcanzar grandes resultados.

Por otra parte, la FDI impulsó en 2022 el Compromiso por una Odontología Sostenible, alentando a las organizaciones dentales, los fabricantes y la industria de todo el mundo a firmarlo y a mostrar su lealtad por un futuro mejor y más saludable. Hasta la fecha se han recogido 116 compromisos de varias asociaciones e instituciones, entre las cuales figura el Consejo General de Dentistas de España.

Este Libro Blanco recoge y analiza los datos sobre sostenibilidad en las clínicas en España, recabados a través de un cuestionario en una muestra de dentistas. Tiene por objetivo conocer la situación actual de compromiso sostenible en el ámbito clínico dental en nuestro país, para proponer cambios que sean factibles y que contribuyan a una mejor salud de nuestro planeta.

Somos conscientes de que cada dentista y su equipo, en el ámbito de su práctica clínica, valorará qué gestos puede introducir, qué acciones quiere llevar a cabo y qué nivel de compromiso desea contraer. Sean cuales sean estos, la suma de todos los gestos diarios nos llevará a obtener grandes resultados.

DR. ÓSCAR CASTRO REINO

Presidente del Consejo General de Dentistas de España.

"CON UNA CUIDADOSA OBSERVANCIA DE NORMAS BÁSICAS Y COMPROMISO, ES POSIBLE BRINDAR UNA ATENCIÓN BUCODENTAL EFICAZ, DE ALTA CALIDAD Y AMBIENTALMENTE SOSTENIBLE. ESTE ES UN ESFUERZO CONJUNTO QUE INVOLUCRA A TODO EL EQUIPO DENTAL Y A LOS PACIENTES A LOS QUE ATENDEMOS"

OBJETIVOS
Y METODOLOGÍA

OBJETIVOS
DE LA INVESTIGACIÓN

•

FICHA TÉCNICA
Y METODOLOGÍA

OBJETIVOS DE LA INVESTIGACIÓN

OBJETIVO PRINCIPAL

Identificar los patrones de sostenibilidad en las clínicas dentales en España para proponer cambios factibles que contribuyan a una mejor salud de nuestro planeta.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

Conocer el nivel de compromiso de las clínicas dentales con relación al reciclaje, la reducción y el manejo de residuos.

- Conocer el nivel de compromiso de las clínicas dentales con relación a los desplazamientos y compras sostenibles.
- Conocer el nivel de compromiso de las clínicas dentales con relación al consumo energético, de agua y emisiones de carbono.
- Proponer pautas y gestos sencillos que permitan avanzar en el ejercicio clínico sostenible.

FICHA TÉCNICA Y METODOLOGÍA

La presente investigación ha sido realizada por el Consejo General de Dentistas de España y la Fundación Dental Española. El objetivo central ha consistido en identificar los patrones de sostenibilidad en las clínicas en España, con la finalidad de proponer acciones que permitan un ejercicio de la profesión dental más sostenible, en beneficio del planeta, de los pacientes y de las clínicas dentales. Para ello se ha llevado a cabo una investigación de tipo cuantitativa, recurriendo a un cuestionario online dirigido a los dentistas en toda la geografía española. El trabajo de campo se ha realizado en la segunda quincena de mayo de 2023.

Los datos han sido recogidos en una base excel y posteriormente analizados, considerando como variables de análisis el género, la localización geográfica de la clínica y la experiencia profesional del entrevistado.

TIPO DE ESTUDIO

- Cuantitativo.

TÉCNICA EMPLEADA

- Cuestionario online estructurado en 9 bloques cerrados de unos 12-15 minutos de tiempo de relleno.

UNIVERSO DE ANÁLISIS

- Dentistas con ejercicio activo en cualquier localidad de España.

DETALLE DE PLANTEAMIENTO METODOLÓGICO

- Se ha recabado un total de 561 cuestionarios, lo que para un intervalo de confianza del 95%, 2σ representa un error muestral para datos globales de e= ±4,1%.
- Las encuestas han sido distribuidas en función de una muestra global representativa de los profesionales a nivel nacional.

FECHA DE CAMPO

- Segunda quincena de junio de 2023.

DESCRIPTIVA DE LA MUESTRA

Atendiendo a la distribución territorial de la clínica:

I	17%
II	13%
III	27%
IV	23%
V	12%
VI	8%
Total	100%

* Incluye Islas Baleares.

** Incluye Canarias, Ceuta y Melilla.

Atendiendo al tamaño poblacional donde se ubica la clínica:

Nº HABITANTES	%	Nº
< 10.000 HAB.	16%	90
10-100.000 HAB	39%	218
100-500.000 HAB.	33,6%	189
> 500.000 HAB.	11,4%	64

Atendiendo a la experiencia profesional del encuestado:

AÑOS DE EXPERIENCIA DEL PROFESIONAL	%	Nº
< 5 AÑOS	20%	112
5-15 AÑOS	25%	140
> 15 AÑOS	55%	309

RESULTADOS DE LA INVESTIGACIÓN

RECICLAR

•

REUTILIZAR Y REPARAR

•

RECHAZAR Y REDUCIR

•

LOS DESPLAZAMIENTOS

•

LAS COMPRAS

•

ENERGÍA

•

AGUA

•

RESIDUOS Y EMISIONES DE CARBONO

•

ASPECTOS GENERALES

RESULTADOS DE LA INVESTIGACIÓN

RECICLAR

REUTILIZAR Y REPARAR

RECHAZAR Y REDUCIR

LOS DESPLAZAMIENTOS

LAS COMPRAS

ENERGÍA

AGUA

RESIDUOS Y EMISIONES DE CARBONO

ASPECTOS GENERALES

RECICLAR

En este apartado se presentan los datos relativos a los hábitos de reciclaje en las clínicas dentales, incluyendo varios aspectos específicos, así como una pregunta sobre la información suministrada a los pacientes con relación al reciclaje de cepillos dentales.

¿Reciclas el papel?

TOTAL

87%

SÍ

NO

Porcentajes con diferencias significativas.

EXPERIENCIA

MENOS DE 5 AÑOS

85%

DE 5 A 15 AÑOS

90%

MÁS DE 15 AÑOS

91%

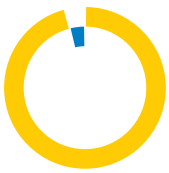
ZONA

CENTRO

86%

LEVANTE

76%



NORESTE

96%

NOROESTE

89%

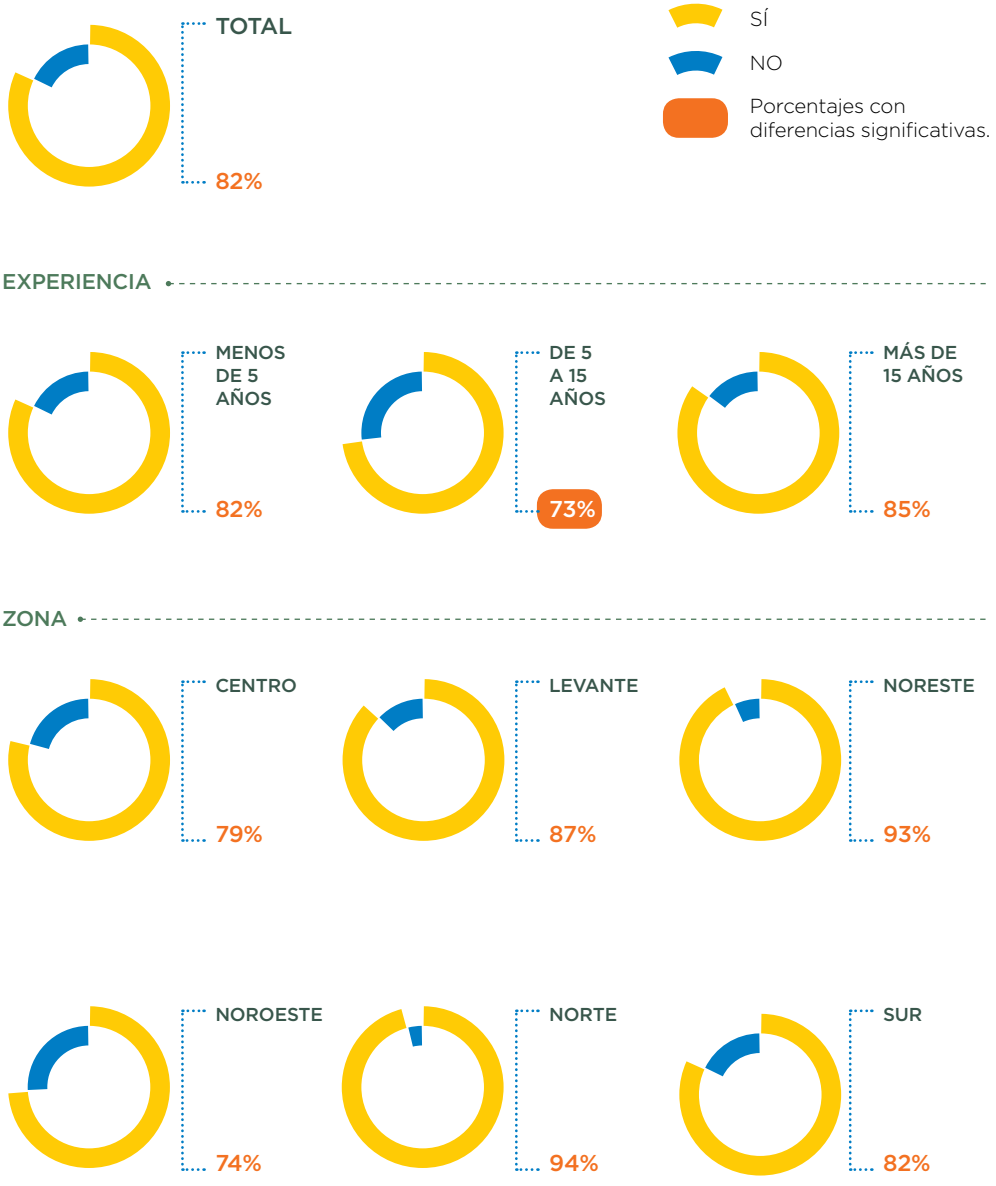
NORTE

94%

SUR

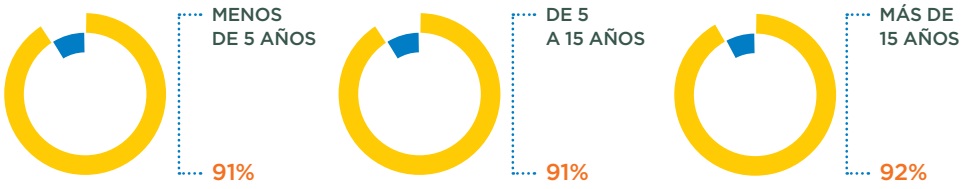
84%

¿Reciclas el plástico?

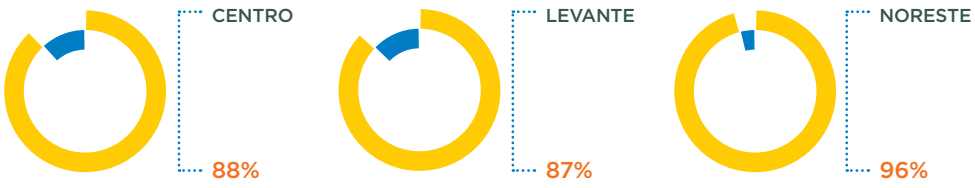


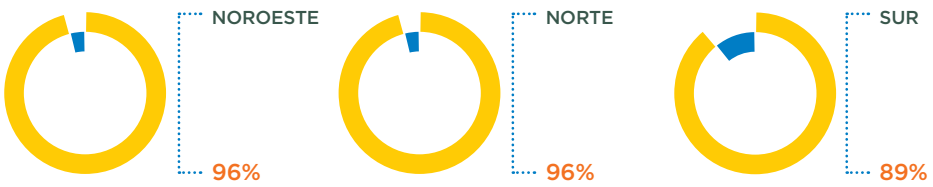
¿Reciclas el cartón?

EXPERIENCIA



ZONA





¿Depositas los residuos no reciclables en los contenedores apropiados?

TOTAL

93%

SÍ

NO

Porcentajes con diferencias significativas.

EXPERIENCIA

MENOS DE 5 AÑOS

91%

DE 5 A 15 AÑOS

91%

MÁS DE 15 AÑOS

94%

ZONA

CENTRO

93%

LEVANTE

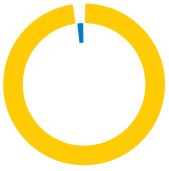
89%

NORESTE

93%

NOROESTE

94%



NORTE

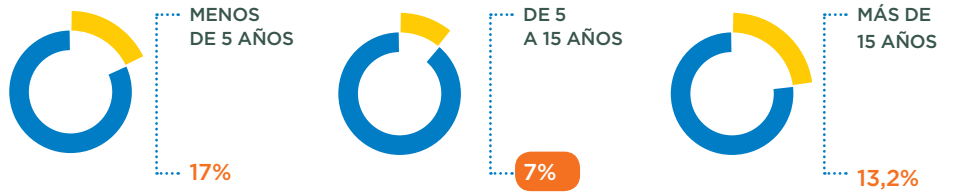
98%

SUR

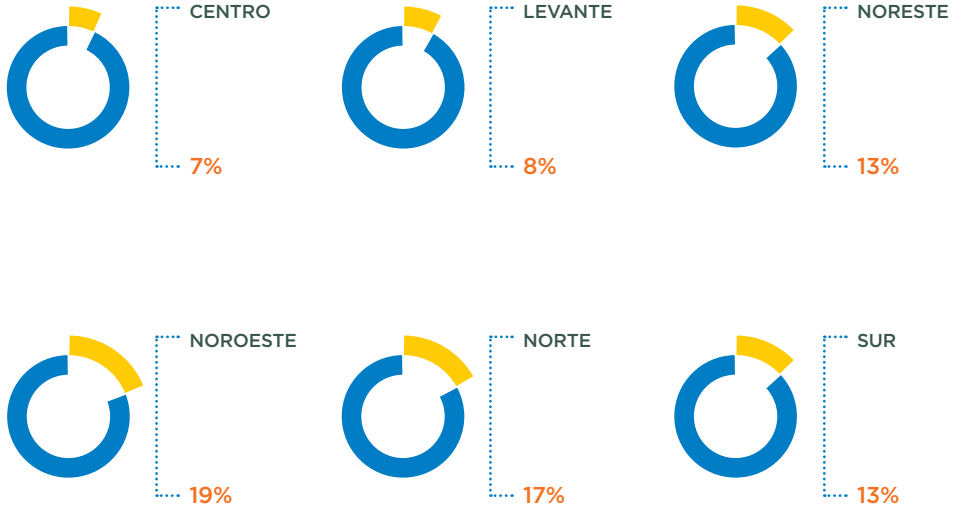
91%

¿Das información a tus pacientes sobre cómo reciclar los cepillos dentales?

EXPERIENCIA



ZONA



RESULTADOS
DE LA INVESTIGACIÓN

RECICLAR

REUTILIZAR Y REPARAR

RECHAZAR Y REDUCIR

LOS DESPLAZAMIENTOS

LAS COMPRAS

ENERGÍA

AGUA

RESIDUOS Y EMISIONES
DE CARBONO

ASPECTOS GENERALES

REUTILIZAR Y REPARAR

En este apartado se consulta sobre varios aspectos relacionados con la reutilización, recarga y reparación de varios recursos materiales en la clínica dental.

¿Usas papel reciclado?

TOTAL

78%

SÍ

NO

Porcentajes con diferencias significativas.

EXPERIENCIA

MENOS DE 5 AÑOS

74,5%

DE 5 A 15 AÑOS

74,5%

MÁS DE 15 AÑOS

81,4%

ZONA

CENTRO

76%

LEVANTE

84%

NORESTE

81,2%

NOROESTE

74%

NORTE

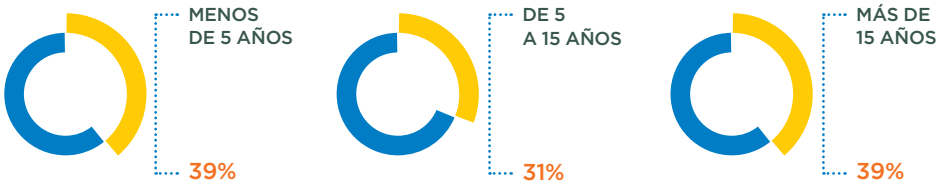
82%

SUR

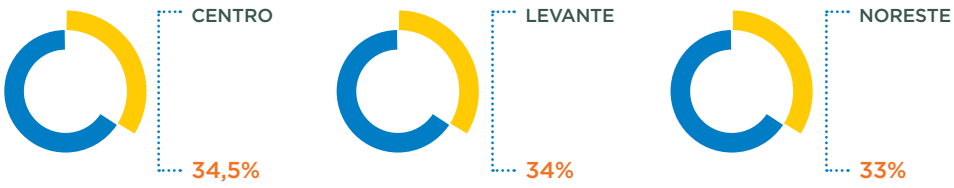
77%

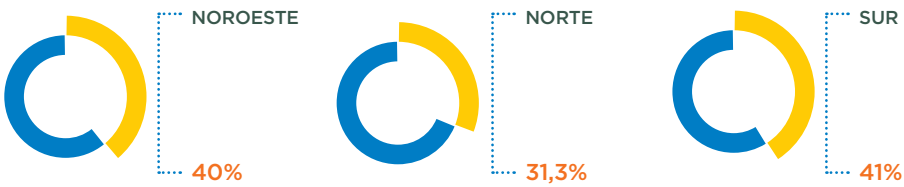
¿Utilizas cartuchos de tinta de impresora recargables?

EXPERIENCIA



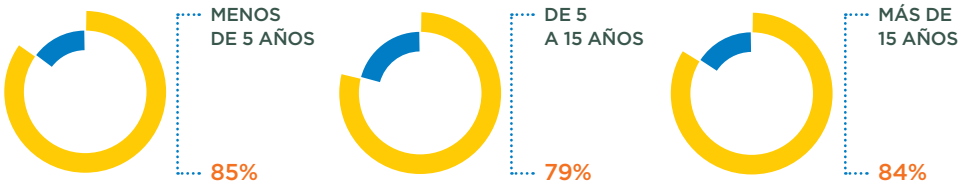
ZONA



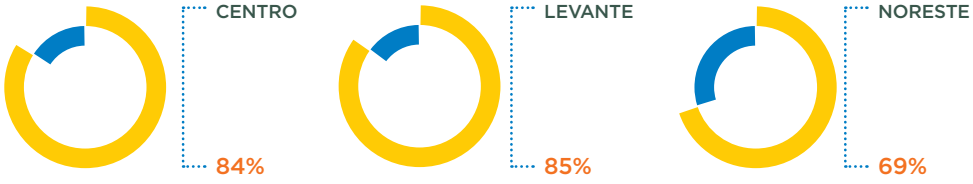


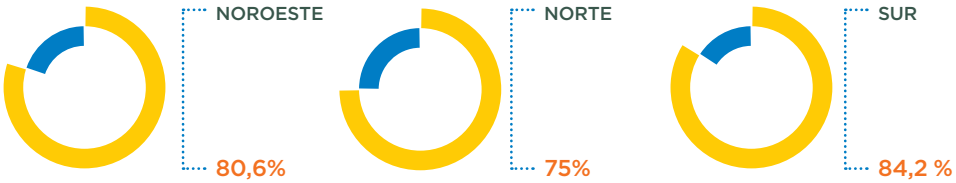
¿Rellenas los envases de jabón o líquido de limpieza?

EXPERIENCIA



ZONA





¿Compras productos de limpieza a granel?

TOTAL

49%

SÍ

NO

Porcentajes con diferencias significativas.

EXPERIENCIA

MENOS DE 5 AÑOS

41%

DE 5 A 15 AÑOS

53%

MÁS DE 15 AÑOS

49,7%

ZONA

CENTRO

53,5%

LEVANTE

48,5%

NORESTE

23%

NOROESTE

49,5%

NORTE

52%

SUR

51,8%

RESULTADOS
DE LA INVESTIGACIÓN

RECICLAR

REUTILIZAR Y REPARAR

RECHAZAR Y REDUCIR

LOS DESPLAZAMIENTOS

LAS COMPRAS

ENERGÍA

AGUA

RESIDUOS Y EMISIONES
DE CARBONO

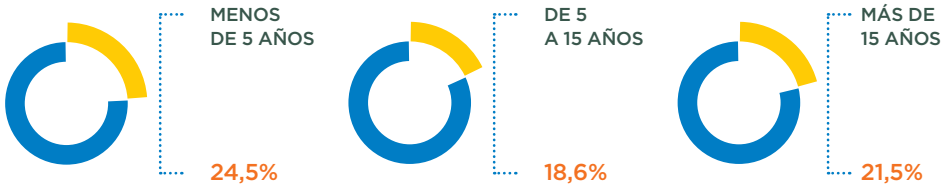
ASPECTOS GENERALES

RECHAZAR Y REDUCIR

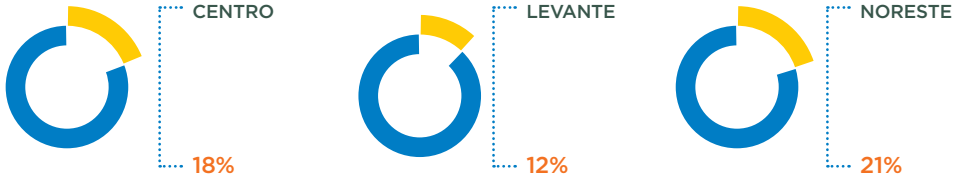
Los gestos y el compromiso para rechazar o reducir la adquisición de determinados productos considerados poco sostenibles, así como la política de almacenamiento para evitar los desperdicios innecesarios, constituyen el eje de este apartado.

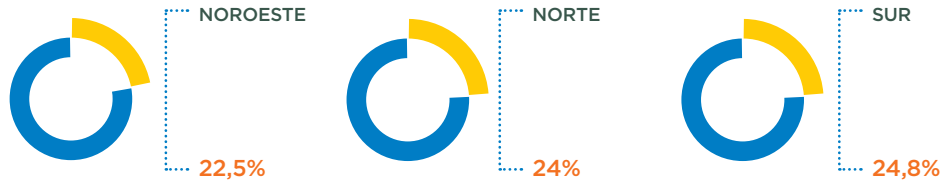
¿Has dejado de utilizar plásticos de un solo uso en tu clínica?

EXPERIENCIA



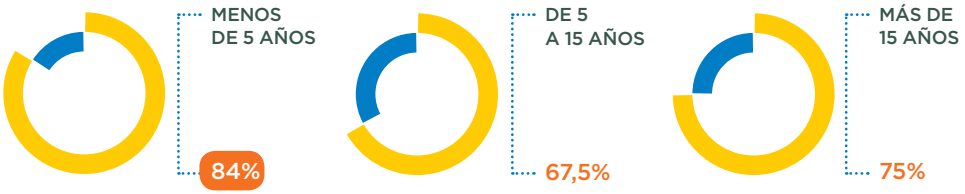
ZONA



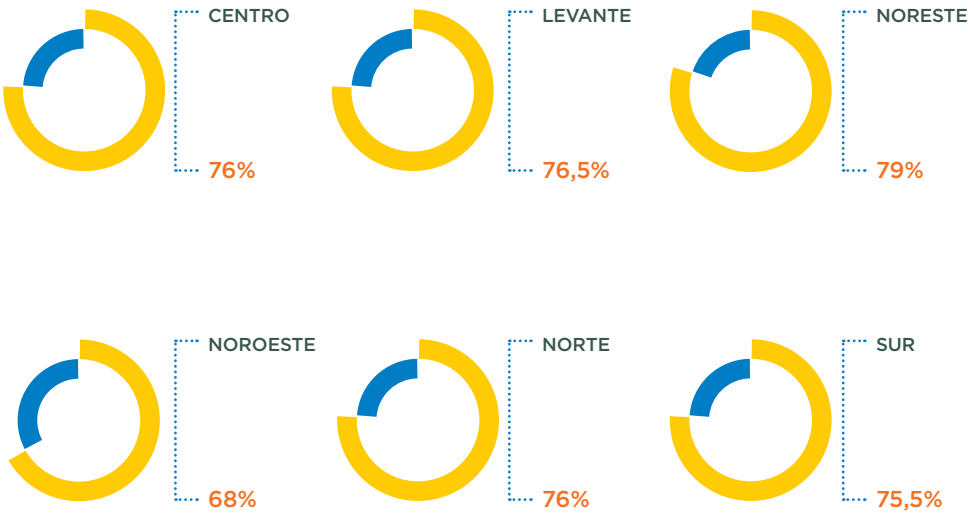


¿Trabajas sin papel en los registros clínicos?

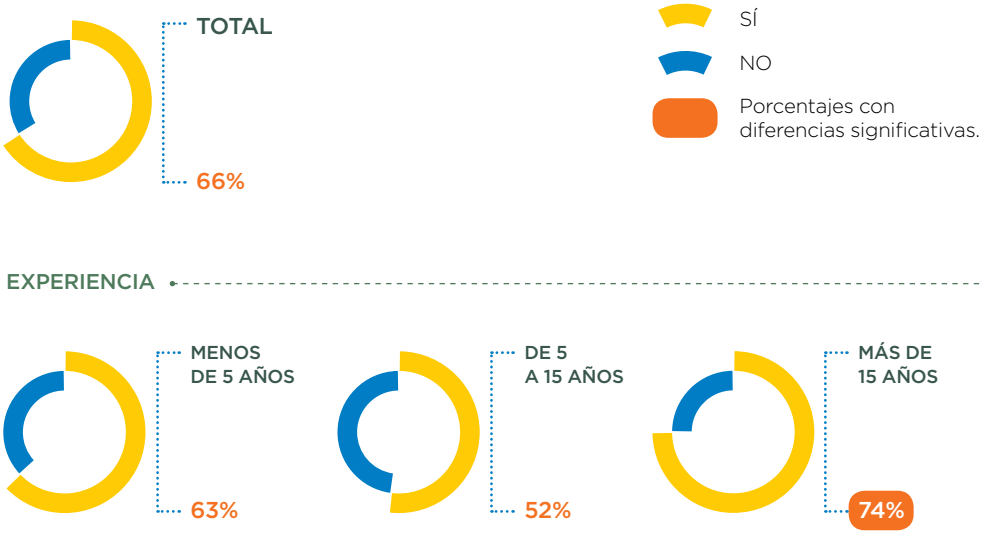
EXPERIENCIA



ZONA



¿Tienes una política de almacenamiento para evitar desperdicios?



RESULTADOS
DE LA INVESTIGACIÓN

RECICLAR

REUTILIZAR Y REPARAR

RECHAZAR Y REDUCIR

LOS DESPLAZAMIENTOS

LAS COMPRAS

ENERGÍA

AGUA

RESIDUOS Y EMISIONES
DE CARBONO

ASPECTOS GENERALES

LOS DESPLAZAMIENTOS

Los desplazamientos hasta o desde la clínica se analizan en este apartado, teniendo en cuenta el impacto que pueden llegar a tener en la emisión de carbono.

¿Tiene tu clínica algún plan que fomente el desplazamiento sostenible?

TOTAL

28%

SÍ

NO

Porcentajes con diferencias significativas.

EXPERIENCIA

MENOS DE 5 AÑOS

32%

DE 5 A 15 AÑOS

26%

MÁS DE 15 AÑOS

27,5%

ZONA

CENTRO

31%

LEVANTE

28%

NORESTE

21%

NOROESTE

21,5%

NORTE

32,8%

SUR

30%

¿Recurres a algunas reuniones virtuales para evitar el desplazamiento?

TOTAL

30%

SÍ

NO

Porcentajes con diferencias significativas.

EXPERIENCIA

MENOS DE 5 AÑOS

34%

DE 5 A 15 AÑOS

27,5%

MÁS DE 15 AÑOS

29%

ZONA

CENTRO

34,5%

LEVANTE

22%

NORESTE

23%

NOROESTE

28%

NORTE

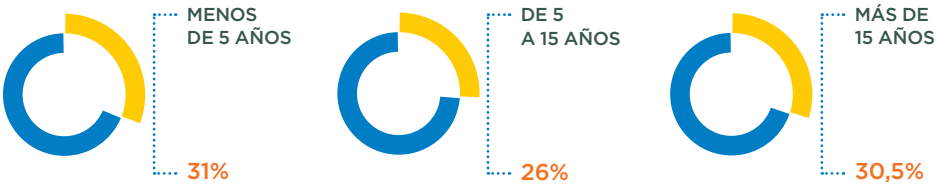
25,5%

SUR

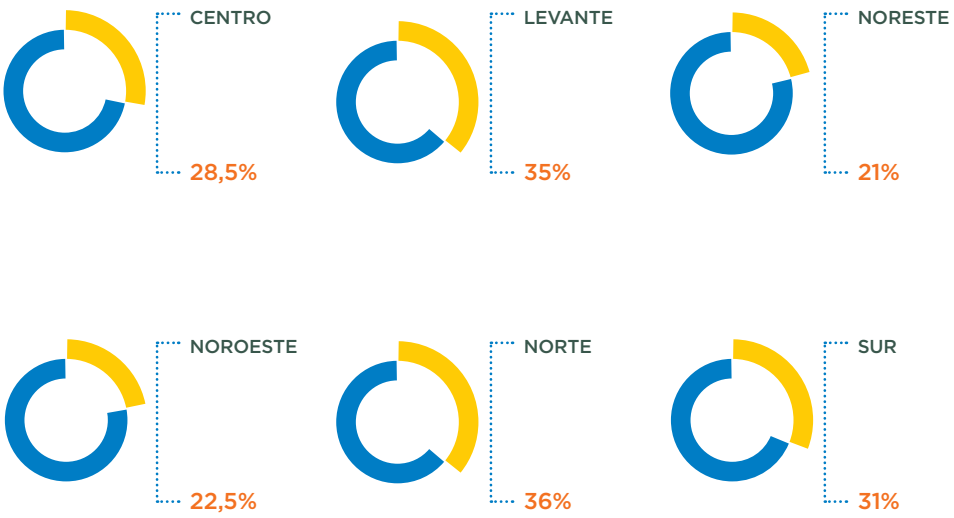
33%

¿Animas a tus pacientes a acudir a la clínica a pie, en transporte público o bicicleta?

EXPERIENCIA



ZONA



RESULTADOS
DE LA INVESTIGACIÓN

RECICLAR

REUTILIZAR Y REPARAR

RECHAZAR Y REDUCIR

LOS DESPLAZAMIENTOS

LAS COMPRAS

ENERGÍA

AGUA

RESIDUOS Y EMISIONES
DE CARBONO

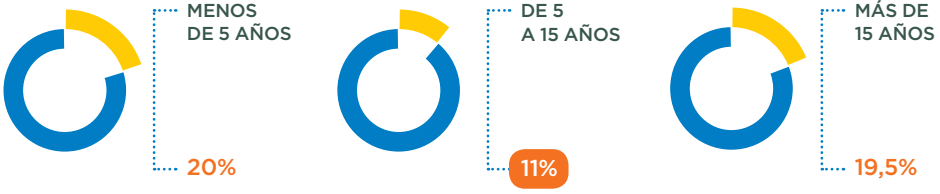
ASPECTOS GENERALES

LAS COMPRAS

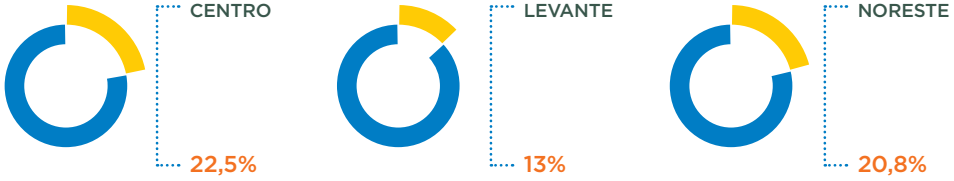
El análisis de las compras realizadas en la clínica dental constituye el contenido de este apartado: compras sostenibles y proveedores comprometidos son ejemplos de los datos recogidos.

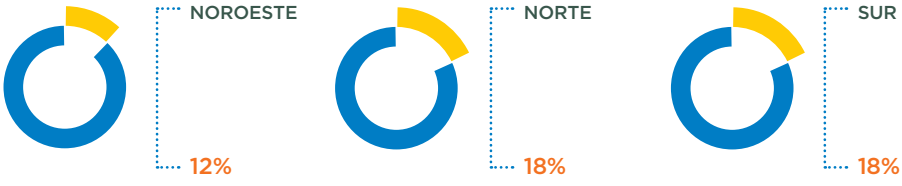
¿Eliges a tus proveedores en función de sus credenciales de sostenibilidad?

EXPERIENCIA



ZONA





¿Compras papel reciclado?

TOTAL

49%

SÍ

NO

Porcentajes con diferencias significativas.

EXPERIENCIA

MENOS DE 5 AÑOS

43%

DE 5 A 15 AÑOS

43%

MÁS DE 15 AÑOS

54%

ZONA

CENTRO

50%

LEVANTE

40%

NORESTE

41,6%

NOROESTE

59%

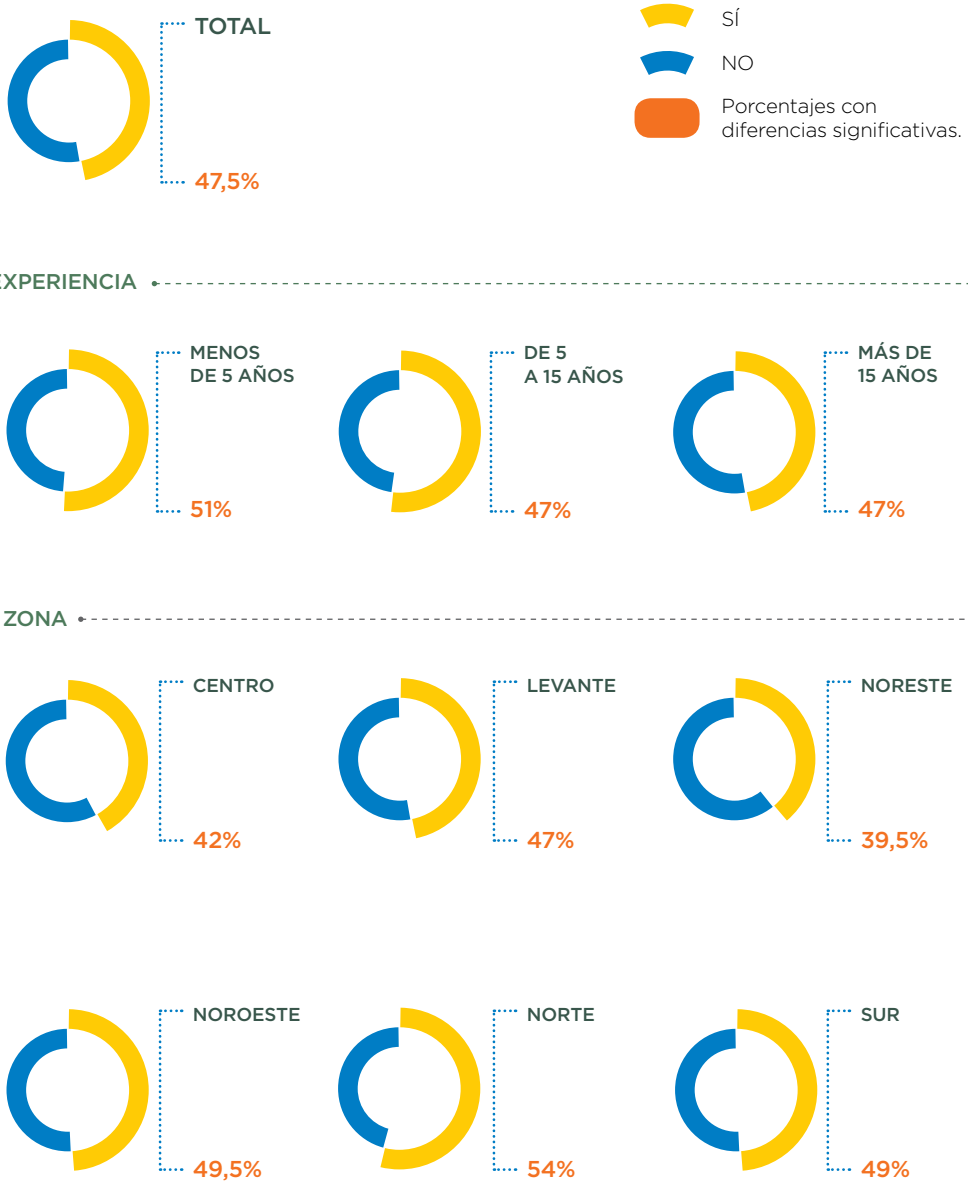
NORTE

51%

SUR

50%

Si entregas algún material de higiene, ¿las bolsas son de papel reciclado?



¿Te has planteado adquirir productos más sostenibles para tu clínica?

SÍ
NO
Porcentajes con diferencias significativas.

EXPERIENCIA

ZONA

RESULTADOS
DE LA INVESTIGACIÓN

RECICLAR

REUTILIZAR Y REPARAR

RECHAZAR Y REDUCIR

LOS DESPLAZAMIENTOS

LAS COMPRAS

ENERGÍA

AGUA

RESIDUOS Y EMISIONES
DE CARBONO

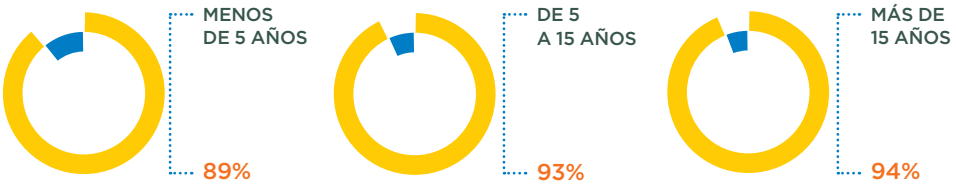
ASPECTOS GENERALES

ENERGÍA

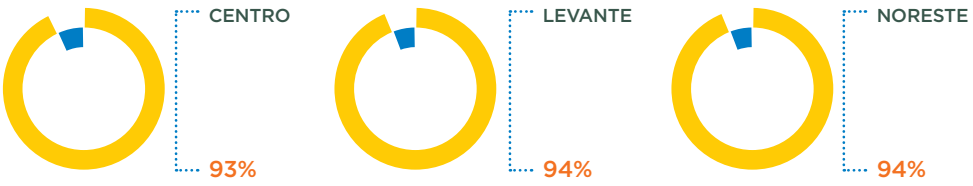
El control del consumo energético es un factor clave de sostenibilidad. En este apartado se analizan varios aspectos relacionados con la energía responsable.

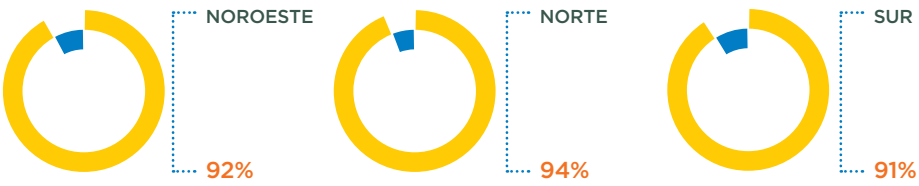
¿Has cambiado a bombillas de mínimo consumo energético en tu clínica?

EXPERIENCIA

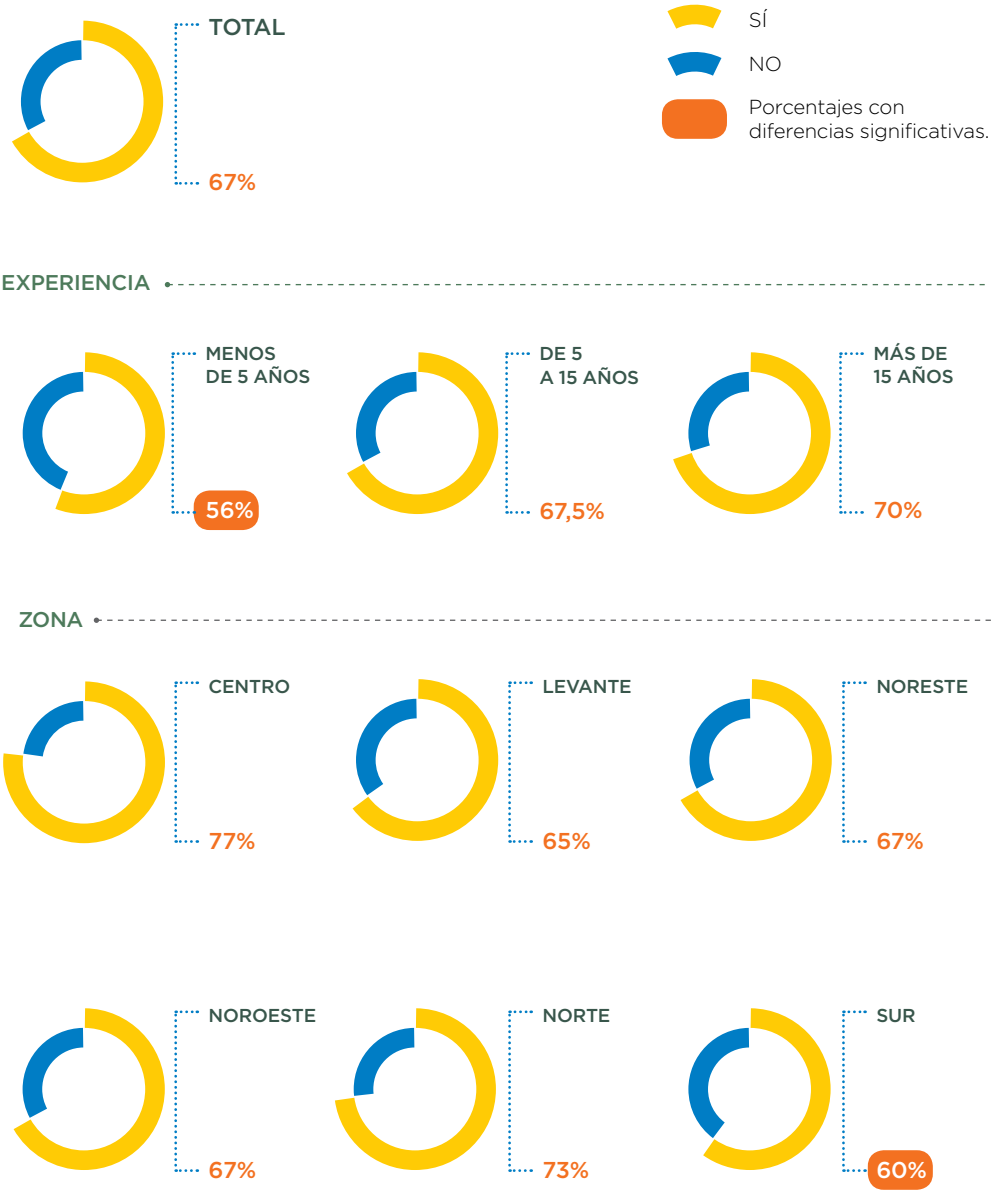


ZONA



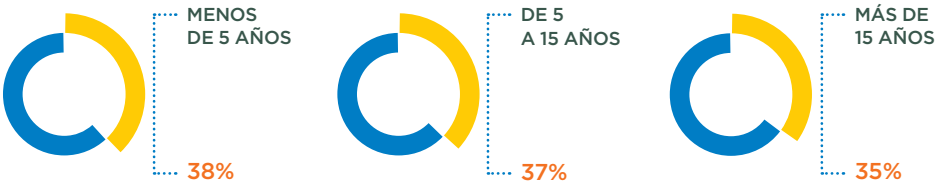


¿Tienes instalado temporizador para controlar la calefacción en horario de cierre?

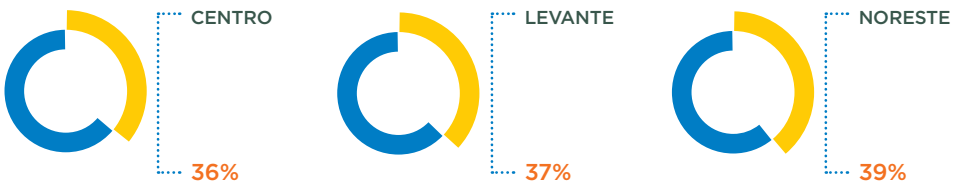


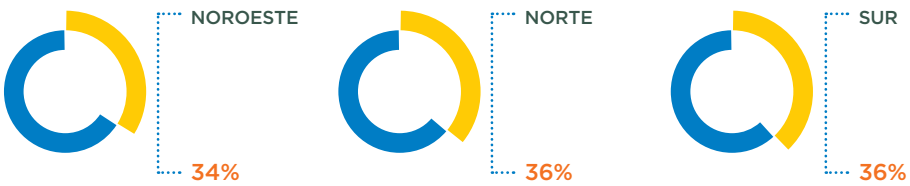
¿Has cambiado a un proveedor o a una tarifa de energía verde?

EXPERIENCIA



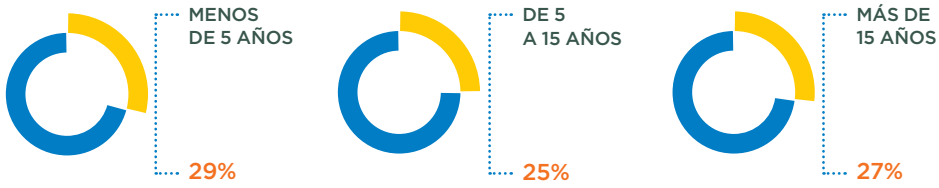
ZONA



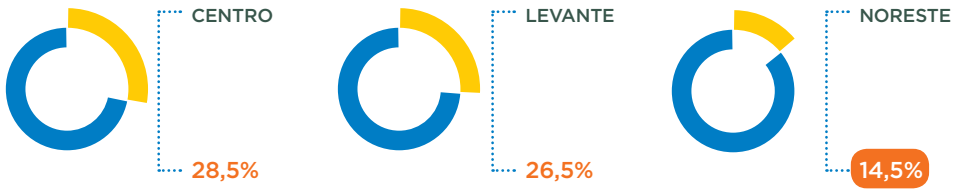


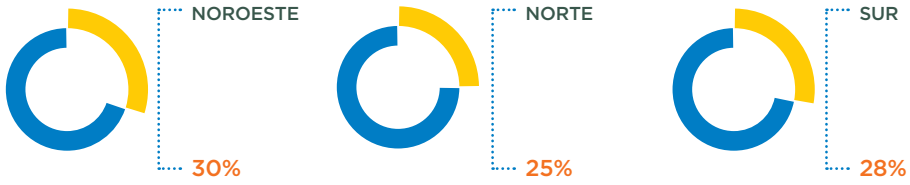
¿Has pedido informe técnico de posible ahorro energético?

EXPERIENCIA



ZONA





¿Has instalado paneles solares en tu clínica?

TOTAL

6,6%

SÍ

NO

Porcentajes con diferencias significativas.

EXPERIENCIA

MENOS DE 5 AÑOS

7%

DE 5 A 15 AÑOS

5,5%

MÁS DE 15 AÑOS

7%

ZONA

CENTRO

6%

LEVANTE

7%

NORESTE

4%

NOROESTE

3%

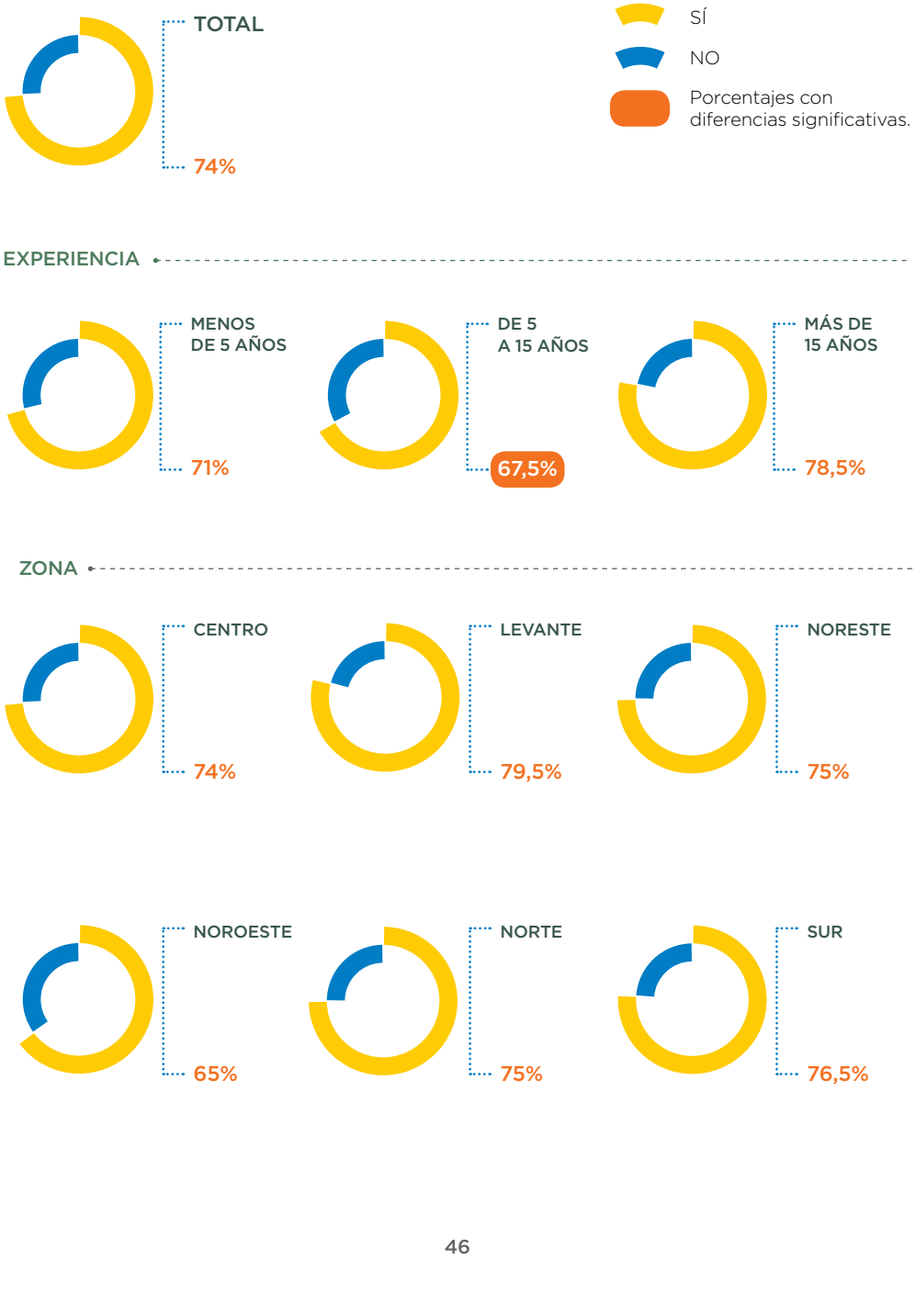
NORTE

4%

SUR

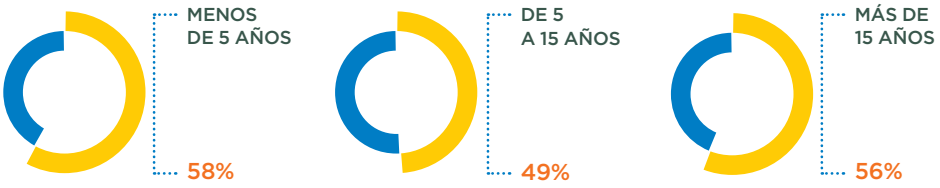
9,6%

¿Eliges modelos de bajo consumo en la compra de electrodomésticos de tu clínica?

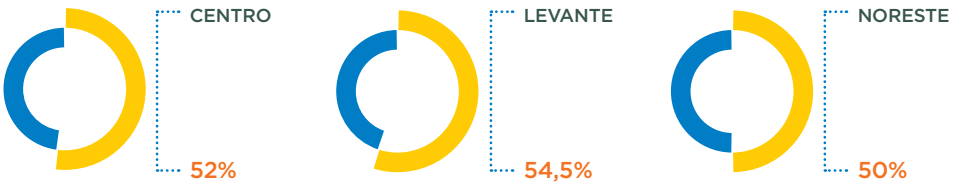


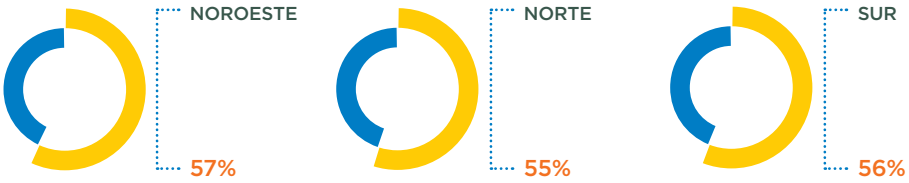
¿Has instalado aislamiento térmico en donde sea posible?

EXPERIENCIA



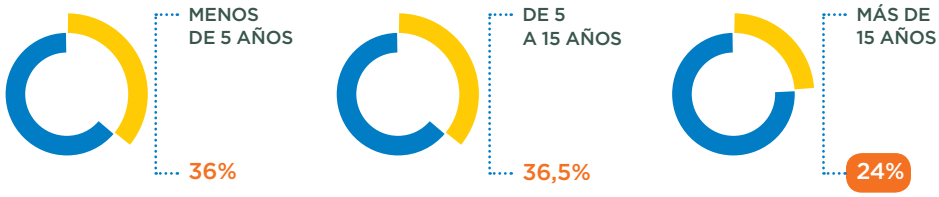
ZONA



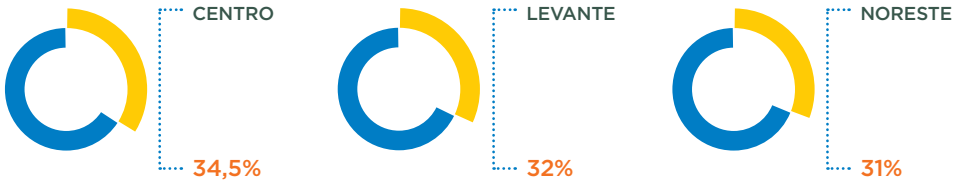


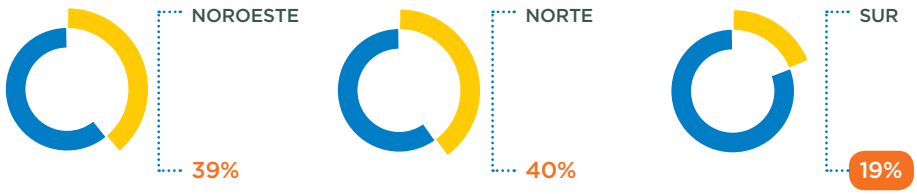
¿Tienes instalados sensores de movimiento para ahorrar iluminación en áreas poco transitadas de la clínica?

EXPERIENCIA



ZONA





RESULTADOS
DE LA INVESTIGACIÓN

RECICLAR

REUTILIZAR Y REPARAR

RECHAZAR Y REDUCIR

LOS DESPLAZAMIENTOS

LAS COMPRAS

ENERGÍA

AGUA

RESIDUOS Y EMISIONES
DE CARBONO

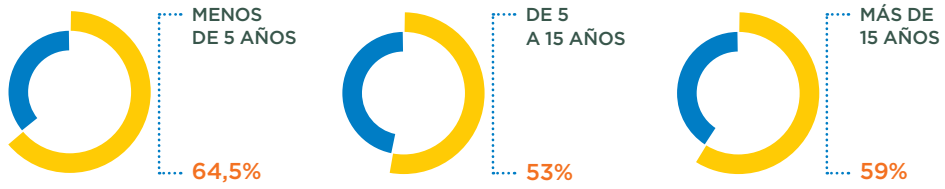
ASPECTOS GENERALES

AGUA

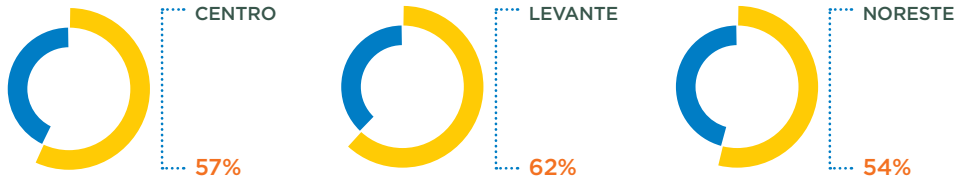
Al igual que ocurre con el consumo energético, el uso racional del agua es muy importante en términos de sostenibilidad. En este apartado se analizan varios aspectos relacionados con su consumo en la clínica dental.

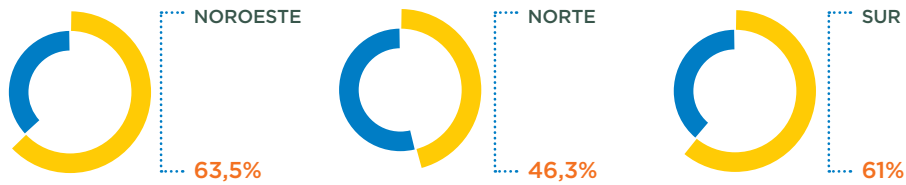
¿Has revisado tu instalación buscando posibles fugas?

EXPERIENCIA



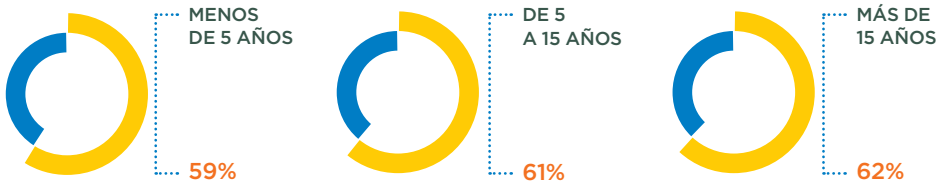
ZONA



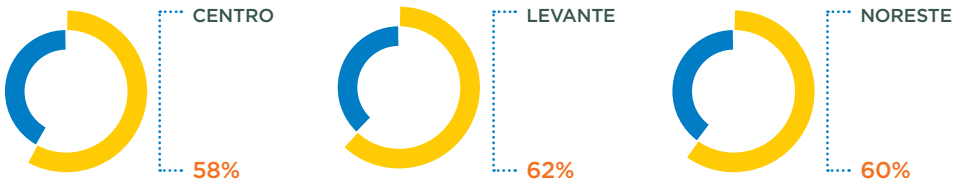


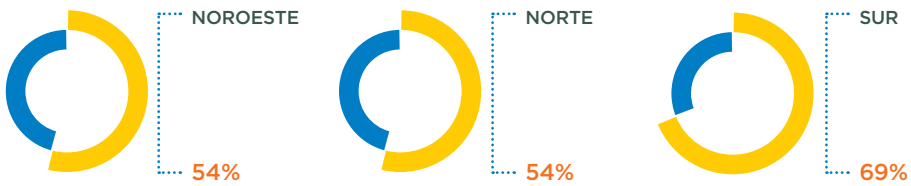
¿Tienes instalada una cisterna de bajo consumo de agua en el inodoro?

EXPERIENCIA



ZONA





¿Tienes instalado un sensor de movimiento en la grifería?

TOTAL

10,6%

SÍ

NO

Porcentajes con diferencias significativas.

EXPERIENCIA

MENOS DE 5 AÑOS

7%

DE 5 A 15 AÑOS

13%

MÁS DE 15 AÑOS

10,6%

ZONA

CENTRO

12%

LEVANTE

10,3%

NORESTE

8%

NOROESTE

11%

NORTE

13,5%

SUR

9,5%

RESULTADOS
DE LA INVESTIGACIÓN

RECICLAR

REUTILIZAR Y REPARAR

RECHAZAR Y REDUCIR

LOS DESPLAZAMIENTOS

LAS COMPRAS

ENERGÍA

AGUA

RESIDUOS Y EMISIONES DE CARBONO

ASPECTOS GENERALES

RESIDUOS Y EMISIÓN DE CARBONO

El adecuado manejo de los residuos, con una correcta clasificación de los mismos, es muy relevante para que las clínicas dentales contribuyan a la reducción de la huella de carbono. En este apartado se presentan algunos datos relacionados con estos aspectos.

¿Has conseguido en tu clínica cero residuos en vertederos?

TOTAL

14%

SÍ

NO

Porcentajes con diferencias significativas.

EXPERIENCIA

MENOS DE 5 AÑOS

15,5%

DE 5 A 15 AÑOS

15%

MÁS DE 15 AÑOS

13%

ZONA

CENTRO

13%

LEVANTE

10,3%

NORESTE

8%

NOROESTE

10,7%

NORTE

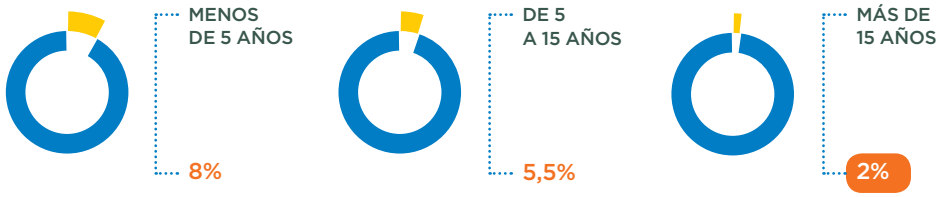
13,5%

SUR

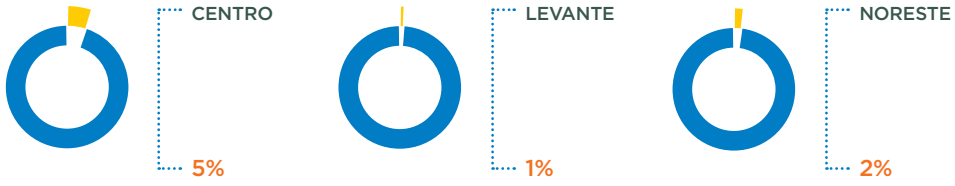
18%

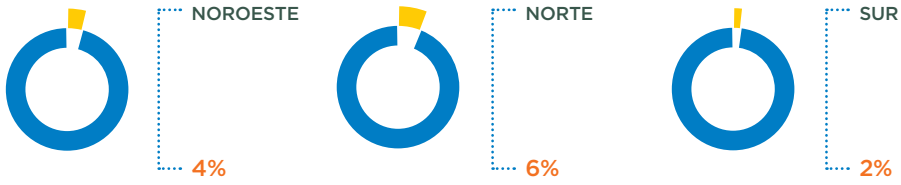
¿Has calculado la huella de carbono actual de tu clínica?

EXPERIENCIA

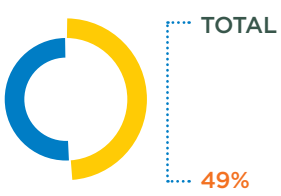


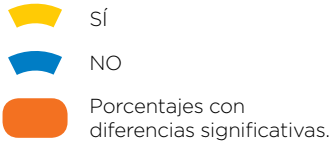
ZONA



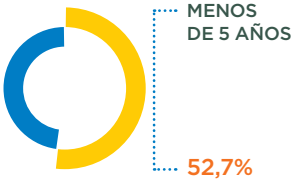


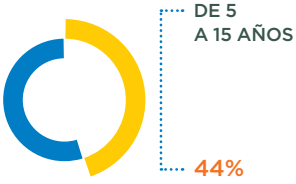
¿Te has propuesto reducir las emisiones de carbono actuales de tu clínica?

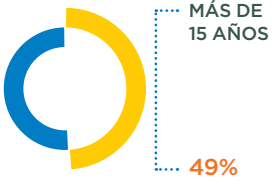




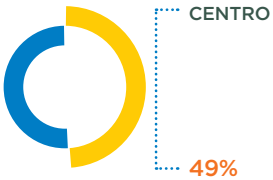
EXPERIENCIA

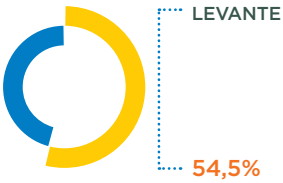


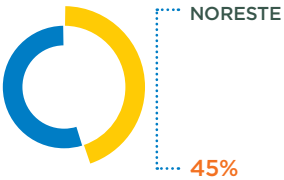


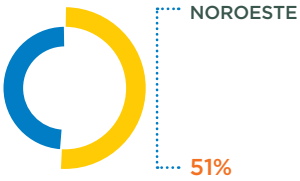


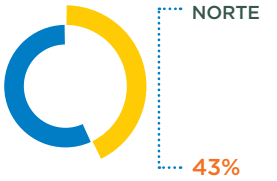
ZONA

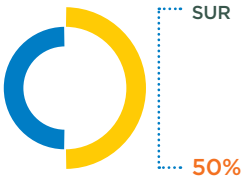












RESULTADOS
DE LA INVESTIGACIÓN

RECICLAR

REUTILIZAR Y REPARAR

RECHAZAR Y REDUCIR

LOS DESPLAZAMIENTOS

LAS COMPRAS

ENERGÍA

AGUA

RESIDUOS Y EMISIONES
DE CARBONO

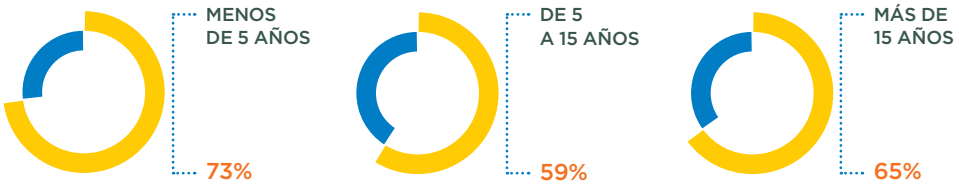
ASPECTOS GENERALES

ASPECTOS GENERALES

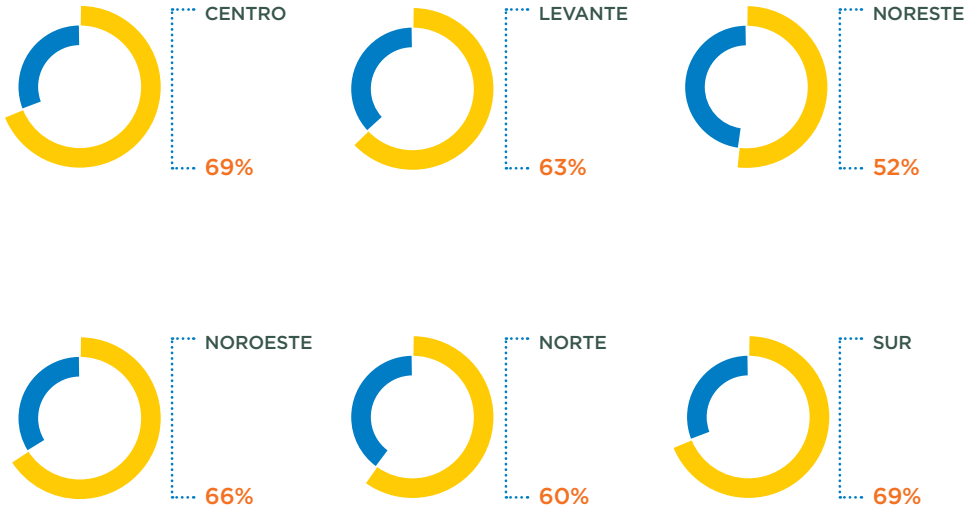
Este apartado explora varios aspectos generales como la presencia o no de plantas en la clínica, si la web profesional tiene contenidos sobre protección medioambiental dirigidos a los pacientes y si se dispone de algún plan de sostenibilidad.

¿Tienes plantas verdes en tu clínica?

EXPERIENCIA



ZONA



¿La web de tu clínica tiene un apartado de información ecológica?

TOTAL

5%

SÍ

NO

Porcentajes con diferencias significativas.

EXPERIENCIA

MENOS DE 5 AÑOS

8%

DE 5 A 15 AÑOS

2,7%

MÁS DE 15 AÑOS

4,6%

ZONA

CENTRO

6%

LEVANTE

3%

NORESTE

6%

NOROESTE

4%

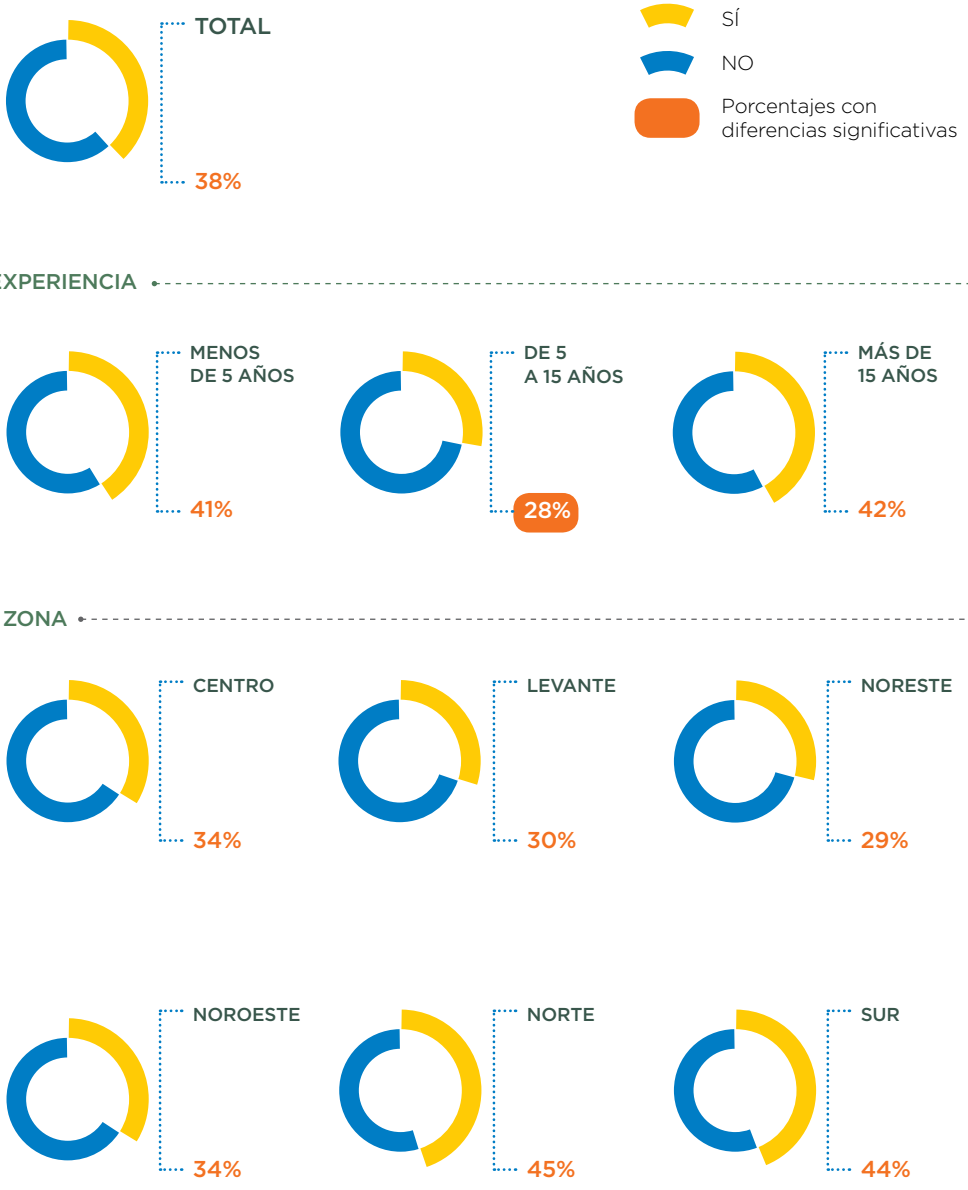
NORTE

10%

SUR

3%

¿Tu clínica tiene una política y un plan de sostenibilidad (reducción de residuos, reducción energética, suministro sostenible, etcétera)?



EL RESUMEN

Nuestro compromiso sostenible en cifras

RECICLAJE

Papel/ cartón
92 %

Plásticos
82%

Contenedores apropiados
93%

Información a pacientes
13%

REUTILIZAR

Papel reciclado
78%

Cartucho de tinta recargable
37%

Productos de limpieza a granel
49%

REDUCIR

Reducción de productos de solo uso plásticos
22%

No papel en registros clínicos
75%

Control de almacenamiento
66%

DESPLAZAMIENTOS

Plan de desplazamiento sostenible
28%

Reuniones y formación telemática
30%

Fomento del desplazamiento activo en pacientes
29%

COMPRAS

Proveedores sostenibles

18%

Bolsas de papel reciclado

48%

Productos sostenibles

41%

ENERGÍA

Lámparas LED

93%

Energía verde

36%

Equipos de bajo consumo

74%

Aislamiento térmico

55%

Sensores de movimientos

30%

AGUA

Revisión de posibles fugas

59%

Cisterna de bajo consumo

62%

Sensores en grifería

11%

RESIDUOS Y EMISIONES

Cero residuos en la clínica

14%

Reducción de emisiones

49%

Cálculo de la huella de carbono

4%

GENERAL

Plantas verdes

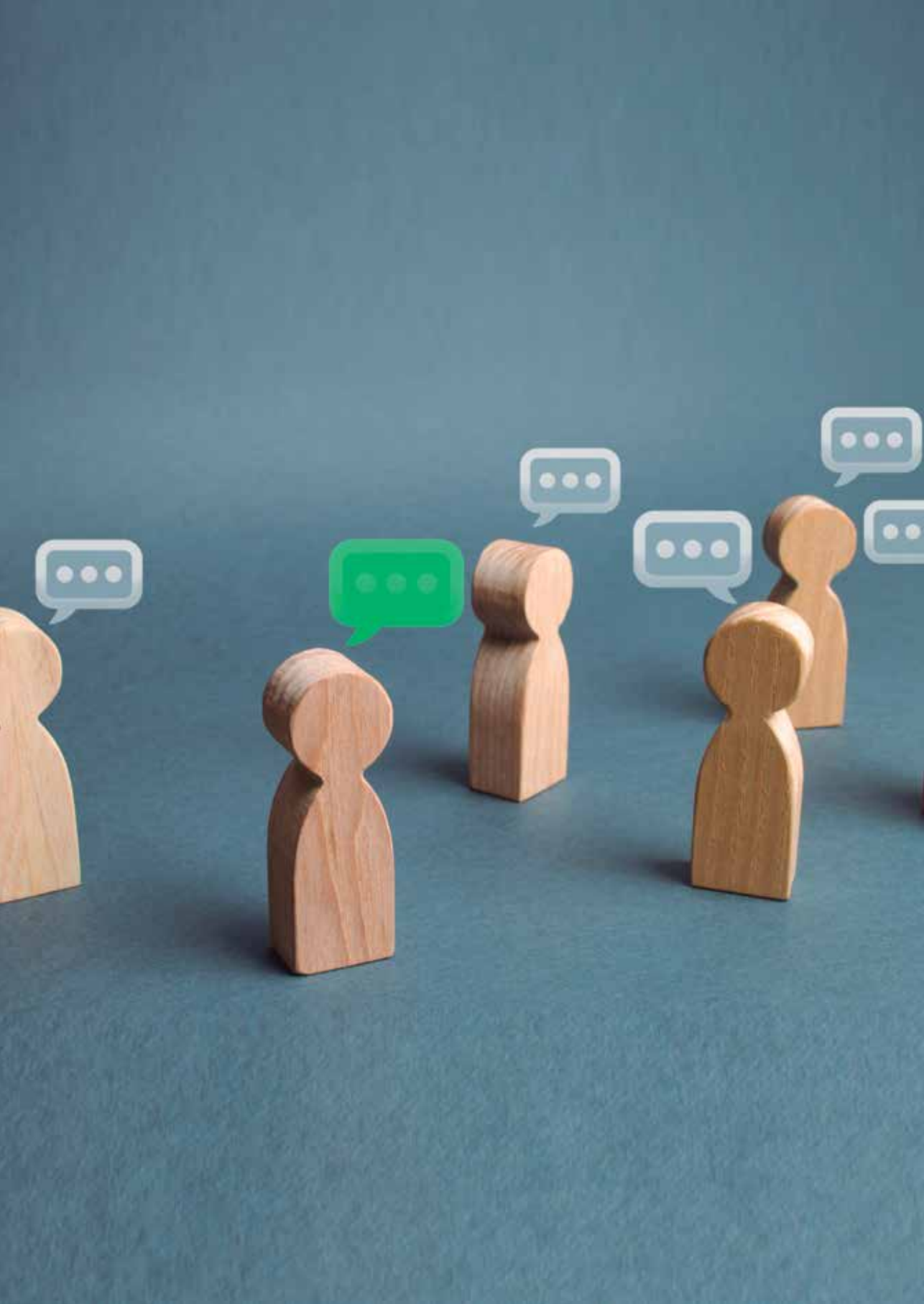
65%

Web con información sostenible

5%

Plan de sostenibilidad

38%



DISCUSIÓN

DISCUSIÓN

1. CON RELACIÓN A LA METODOLOGÍA

La presente investigación se nutre de los datos recabados durante la Campaña de Odontología Sostenible organizada por el Consejo General de Dentistas de España y la Fundación Dental Española, cuyo lanzamiento fue en junio de 2023. Se trata de un estudio descriptivo cuantitativo, realizado mediante cuestionario online estructurado en una muestra nacional de 561 dentistas. La selección de la muestra debe considerarse a conveniencia, con las limitaciones que ello conlleva. Sin embargo, para intentar paliar posibles sesgos de selección, se han controlado algunas variables como los años de experiencia profesional y la zona geográfica en la que radica la clínica, intentando que las mismas se ajusten al universo de dentistas en activo en España. Con relación a la experiencia profesional de la muestra, se sitúa en unos 16 años (17 años para el universo de dentistas en activo a nivel nacional). El reparto por áreas geográficas se ajusta razonablemente al universo con una leve infrarrepresentación del área Centro (23% en la muestra *versus* 29% del universo) y una leve sobrepresentación del área Sur (27% de la muestra *versus* 22% del universo). El tamaño muestral recomendado es de 564 para un universo de dentistas de 40.000, intervalo de confianza del 95%, heterogeneidad del 50% y error muestral e=±4,1%. Sin embargo, los resultados disgregados en las 6 áreas geográficas alcanzan un error muestral del 9% al reducirse la potencia muestral, por lo que deben interpretarse con máxima cautela y ser consideradas únicamente válidas las tendencias halladas. El cuestionario utilizado para esta investigación ha sido confeccionado en base a la información contenida en el reciente artículo de Duane[1]. Está estructurado en 9 grandes bloques que intentan obtener una visión global del compromiso de sostenibilidad de los dentistas encuestados. Se compone de un total de 51 preguntas de muy fácil respuesta (dicotómicas, sí o no) y requiere de unos 12-15 minutos para su relleno. El cuestionario es totalmente anónimo para garantizar la plena libertad en las respuestas de los encuestados. Dado el carácter de la investigación y siendo conscientes de la trascendencia cada vez mayor que la sociedad en general concede a la sostenibilidad, no puede descartarse que se haya podido introducir el conocido efecto Hawthorne[2] en algunas preguntas del cuestionario, esto es, sobrevalorar algunas respuestas consideradas como deseables. Por otra parte, tampoco puede descartarse que se haya podido introducir un sesgo de selección positiva, es decir, que hayan decidido contestar al cuestionario, prioritariamente, aquellos dentistas con mayor sensibilidad por los temas de sostenibilidad.

En cualquiera de los casos parece importante, al menos, obtener una aproximación de la realidad en las clínicas dentales en España con relación a los gestos y al compromiso sostenible. Explorar las grandes áreas en las que la Odontología puede contribuir a mejorar la salud del planeta es un reto innegable. A pesar de las limitaciones metodológicas descritas, los datos globales son una excelente plataforma de partida para poder realizar propuestas y recomendaciones al conjunto de los dentistas en España.

2. CON RELACIÓN A LOS RESULTADOS

• Reciclar, reutilizar, reducir:

La gran mayoría de los encuestados recicla el papel y los plásticos en la consulta (87% y 82% respectivamente) y 9 de cada 10 profesionales afirma depositar correctamente los residuos en los contenedores apropiados. No se ha detectado ninguna diferencia significativa en función de la experiencia profesional o el área geográfica en ninguna de estas preguntas. Solo un bajo porcentaje de profesionales (13%) informa a sus pacientes de cómo reciclar sus productos de higiene bucodental (especialmente los cepillos).

Ocho de cada diez dentistas en España usa papel reciclado y uno de cada dos recurre a productos de limpieza a granel, sin detectar diferencias en las variables analizadas.

En el proceso de intervención de un ejercicio clínico más sostenible se admite que determinados gestos son muy importantes. Uno de ellos es el intento de reducción de los productos de plástico de un solo uso. Sin duda, es un proceso complejo en Odontología y las alternativas disponibles no son siempre evidentes. Los datos del presente estudio muestran que el 22% de los profesionales ha iniciado este proceso (independientemente de su experiencia profesional o área geográfica). Eso pasa por pequeños gestos como sustituir los vasos de plásticos por otros de cartón reciclable, evitar baberos de plástico o usar boquilla esterilizable en la jeringa de aire, entre otros. Martin[3], en una cuantificación realizada en clínicas británicas, calcula que se utilizan, en promedio, 350 gramos de residuos (la mayoría plásticos) por procedimiento dental.

Otro aspecto relevante es ir sustituyendo progresivamente los registros clínicos en soporte papel por otras alternativas. De hecho, 3 de cada 4 dentistas ha dejado de usar el papel para esta finalidad y recurre a registros digitales.

Evitar los desperdicios innecesarios mediante una política de control mensual del almacén permite ir utilizando primero aquellos productos más antiguos antes de que caduquen. Este proceso lo llevan a cabo el 66% de los encuestados, detectándose una mayor frecuencia entre aquellos con mayor experiencia profesional (74%).

• Los desplazamientos

La mayor proporción de emisiones en Odontología proviene de los desplazamientos[4] (64,5%). Además de producir dióxido de carbono, los vehículos también contaminan el aire con efectos significativos sobre la salud, especialmente de niños pequeños y personas con enfermedades respiratorias y cardiovasculares. Reducir la necesidad de viajar y facilitar alternativas más sostenibles, como el uso del transporte público, caminar o usar la bicicleta, ayudará a mejorar la calidad del aire y a reducir las emisiones asociadas a los desplazamientos y, a veces, también los costes. En la clínica dental se deben tener en cuenta los desplazamientos del personal y de los pacientes, así como el transporte de bienes y artículos de laboratorio hacia y desde la clínica. Los viajes de los pacientes pueden reducirse reservando citas familiares conjuntas y completando múltiples

intervenciones en una sola cita cuando sea posible. También es importante contactar con los proveedores y laboratorios dentales para reducir el número de entregas.

En este estudio, el 28% de los dentistas afirma haber puesto en marcha un plan para fomentar el transporte activo en su personal (transporte público, bicicleta, caminar). Asimismo, un tercio de los encuestados recurre, a veces, a reuniones virtuales para reducir los desplazamientos.

El 29% de los dentistas promueve los desplazamientos activos a la clínica entre sus pacientes, sin que se detecten diferencias significativas ni por los años de experiencia profesional ni el área geográfica.

• Las compras

Las compras y adquisiciones representan el 19% de la huella ecológica en el sector dental[5]. Intentar modificar los patrones de compras, haciéndolos compatibles con la viabilidad económica de la clínica, es un reto importante a medio plazo. De manera global, 2 de cada 10 dentistas ya ha emprendido este complejo camino intentando elegir a sus proveedores en función de sus credenciales de sostenibilidad. Curiosamente, los datos del presente estudio parecen indicar que los profesionales más jóvenes, así como los que llevan más de 15 años de ejercicio, son los más motivados en este proceso. No se detectan diferencias en esta pregunta en función del área geográfica.

A pesar de las dificultades, cuatro de cada diez encuestados se muestran dispuestos a explorar otras áreas para cambiar a productos más sostenibles para el medio ambiente, independientemente de los años de experiencia o el área geográfica.

• La energía

El uso de energía de los edificios representa el 15% de la huella de carbono[6]. Además de contribuir a las emisiones de gases de efecto invernadero, la generación de energía a partir de combustibles fósiles es una fuente importante de contaminación del aire que, a su vez, es responsable de numerosas muertes prematuras cada año. Reducir el consumo de energía e invertir en la oferta de generación de energía renovable conlleva significativos beneficios ambientales, de salud y de costes para las clínicas dentales.

La gran mayoría de los dentistas (93%) ha cambiado la iluminación de sus clínicas por bombillas de bajo consumo. Al comprar nuevos electrodomésticos y equipos dentales, el 74% se decanta por aquellos modelos de ahorro energético.

Cuatro de cada diez dentistas han cambiado a un proveedor o a una tarifa de energía verde. Solo 3 de cada 10 encuestados ha instalado sensores de movimiento en baños, almacén y zonas de menor tránsito de la clínica. Los paneles solares en las clínicas dentales son muy minoritarios (7%), con una mayor tendencia significativa en la zona geográfica Sur (10%), probablemente por las condiciones climáticas más favorables (solo el 3% en la zona Noroeste y el 4% en zona Norte lo ha instalado).

La pérdida energética es un factor clave en la sostenibilidad y en el ahorro energético. Sin embargo, solo el 55% de los dentistas ha procedido a un aislamiento térmico de sus clínicas.

• El consumo de agua

El agua limpia es un recurso valioso, pero finito. Es esencial, no solo para la provisión de asistencia sanitaria, sino para la existencia de la vida humana. Una de cada ocho personas en todo el mundo carece de acceso al agua limpia y segura. Incluso en países donde las precipitaciones son abundantes, el tratamiento y bombeo del agua requiere energía e infraestructuras significativas. Por lo tanto, conservar el uso del agua puede ayudar a ahorrar dinero, carbono y el uso de productos químicos en el proceso de limpieza.

El 59% de los encuestados revisa periódicamente su instalación buscando posibles fugas y el 62% tiene instaladas cisternas de bajo consumo de agua en el inodoro. Una acción importante es evitar la pérdida innecesaria de agua. La instalación de sensores de movimiento en la grifería es un sistema adecuado para ello, que, sin embargo, solo utiliza el 11% de las clínicas dentales.

• Residuos y emisiones de carbono

Un adecuado manejo de los residuos en las clínicas dentales es muy relevante para contribuir a la reducción de las emisiones de carbono. Algunos productos químicos utilizados a nivel sanitario pueden ser peligrosos para la salud humana y para el medio ambiente. Las investigaciones muestran que los productos de limpieza para el hogar, las pinturas y los perfumes se han convertido en fuentes importantes de contaminación urbana. Muchos productos químicos se utilizan diariamente en la clínica dental, incluidos materiales dentales, productos de limpieza y desinfección, equipos de radiografía y óxido nitroso para la sedación, entre otros. Existe abundante legislación en torno al uso de sustancias peligrosas a nivel sanitario para controlar la exposición a las mismas y para prevenir enfermedades.

Sin lugar a dudas, las clínicas dentales cumplen rigurosamente con las abundantes normativas de todo tipo (nacionales, autonómicas y locales) que regulan y controlan los residuos y emisiones. En el caso concreto de la Odontología, amén de otras restricciones, la Convención de Minamata sobre el mercurio impone desde agosto de 2017 numerosas limitaciones en el uso de la amalgama. En un reciente estudio, Smith[7] analiza el impacto que también tienen sobre la sostenibilidad las resinas compuestas (alto consumo energético para su producción).

En este estudio, el 14% de los encuestados afirma haber alcanzado ya la meta de cero residuos en vertederos y uno de cada dos dentistas (49%) lo tiene entre sus metas de sostenibilidad. Una de las herramientas importantes que ayudan a alcanzar este objetivo es el cálculo de la huella de carbono en las clínicas dentales. Es cierto que se trata de un proceso complejo que requiere de asesoramiento técnico (aunque existen aproximaciones a través de herramientas online genéricas) no siempre al alcance de todas las clínicas dentales. A pesar de estas dificultades, el 4% de las clínicas encuestadas ya lo ha calculado, detectándose una diferencia en función a los años de experiencia profesional (el 8% de los que llevan menos de 5 años en ejercicio la ha calculado frente al 2% de los que llevan más de 15 años).

Duane[8] estudia la huella de carbono de los servicios odontológicos del sistema nacional de salud británico y la estima en 675 kilotoneladas (675.000 toneladas) equivalentes de dióxido de carbono (CO_2). La mayor proporción de esta huella corresponde a los exámenes clínicos (27,1%), seguidos de las restauraciones dentales con amalgama o composite (19,3%) y el raspado y alisado (13,4%).

• Aspectos generales

Finalmente, se han explorado varios aspectos generales con relación a la sostenibilidad. La biodiversidad se refiere a la variedad de especies vivas que interactúan entre sí para formar ecosistemas. Los ecosistemas son dinámicos y cada especie depende y se ve afectada por interacciones con otras. Los humanos no son una excepción. Dependemos de los árboles y de las plantas que convierten el dióxido de carbono en oxígeno, de los

microbios que crean un suelo fértil y de los insectos que descomponen los desechos y polinizan los cultivos, entre otros. Las clínicas dentales tienen la oportunidad de proteger y mejorar la biodiversidad local a través de simples cambios en sus instalaciones y apoyando un cambio de mentalidad y de comportamiento. Disponer de plantas verdes nativas en la clínica dental no solamente contribuye a esos cambios, sino que transmite también un mensaje positivo. En este estudio, el 65% de los encuestados tiene plantas verdes en su consultorio.

Otro aspecto importante es el educativo. Las clínicas dentales pueden colaborar activamente a través de mensajes claros en sus páginas web. Son varias las áreas en las que se puede incidir hacia los pacientes: reciclaje de los productos de higiene bucodental; información sobre desecho de medicamentos y recogida de los mismos en farmacias; ahorro de agua durante el cepillado dental o animar al desplazamiento activo, son solo ejemplos de contenidos de interés. Además, incorporar un apartado de información ecológica en la página web de la clínica permite también transmitir a nuestros pacientes los esfuerzos que se están realizando en este campo, haciéndoles partícipes de nuestras propuestas de sostenibilidad (por ejemplo, en lo relativo a desplazamientos activos a la clínica).

En este estudio, solamente el 5% de los encuestados ha incorporado información de sostenibilidad en sus páginas web, a pesar de tratarse de una medida que puede implantarse de manera rápida y a muy bajo coste.

Finalmente, es alentador que 4 de cada 10 clínicas dentales de este estudio tengan una política de sostenibilidad que cubre la reducción de residuos, el reciclaje, la responsabilidad social, el control del consumo energético y de agua, y el suministro sostenible y ético. Este compromiso se detecta independientemente de los años de experiencia profesional y del área geográfica de la clínica.

En una interesante encuesta publicada recientemente[9], realizada en pacientes dentales británicos, se informa que las mujeres, las generaciones más jóvenes y aquellos pacientes que visitan asiduamente al dentista son los más receptivos con los mensajes de sostenibilidad en el ámbito dental, estando dispuestos a realizar más esfuerzos en esta línea.

Martin, en una excelente revisión bibliográfica[10], analiza el estado actual de la sostenibilidad en la práctica dental general. Identifica siete temas diversos, pero estrechamente interrelacionados que influyen en la sostenibilidad de la prestación de servicios de salud bucodental: los impactos ambientales (emisiones de CO_2, aire y agua); el proceso de reciclaje; las pautas y la política de sostenibilidad; la gestión de los residuos; el adecuado manejo de los plásticos; las compras sostenibles; y, finalmente, la investigación y educación en este campo. Asimismo, la revisión encuentra que las principales barreras a la implantación de la sostenibilidad en el área dental se relacionan con la falta de conciencia tanto de los profesionales como de los pacientes, las emisiones de carbono derivadas de los desplazamientos, los desafíos asociados con la recuperación y el

reciclaje de residuos biomédicos (con especial énfasis en los plásticos) y los problemas ligados a la fabricación, uso y eliminación de materiales dentales.

En la práctica actual, la Odontología tiene un impacto ambiental significativo debido a su alta utilización de energía y de recursos[11]. Se ha sugerido que los proveedores de atención de la salud bucodental tienen la obligación profesional y la responsabilidad social de transformar la práctica de la Odontología a un modelo ambientalmente sostenible.

Un aspecto importante es el de la formación de los nuevos profesionales en el área de la sostenibilidad. En este sentido, la Asociación para la Educación Dental en Europa ha creado un grupo de trabajo específico. Los resultados de ese análisis están publicados[12] e incluyen pautas de aprendizaje específicas relacionadas con la sostenibilidad ambiental y recomendaciones para el desarrollo del currículo, incluidos los métodos de enseñanza y evaluación. Joury[13] analiza las barreras para la incorporación de la sostenibilidad en facultades del Reino Unido y Estados Unidos, encontrando que los principales obstáculos son la falta de conocimientos, de tiempo y de material específico didáctico. A resultados similares llega Gershberg[14] en una encuesta realizada en 17 universidades de Estados Unidos: el 75% de los estudiantes de Odontología afirma tener nulo conocimiento sobre temáticas de sostenibilidad.

"En el pasado, analizaba si un tratamiento o producto era clínicamente efectivo. Ahora, además, incluyo si es o no sostenible".

BEN UNDERWOOD
Profesor de la Universidad de Leeds.

"Reducir nuestro impacto ambiental es un proceso continuo".

EDD BURTON
Presidente de la Asociación Odontología Verde (Yorkshire).

"No veo la sostenibilidad como un dicho y hecho, sino como un largo camino".

MAYSA HATTAB
Dentista.

"Necesitamos estar bien informados, apoyados e incentivados para el cambio".

IAN MILLS
Profesor de la Universidad de Plymouth.

"Tenemos que enfocarnos en la calidad asistencial, accesibilidad y eficiencia".

EDD JONES
Dictante de cursos sobre gestión en Odontología.

"Debemos esforzarnos por mejorar la salud bucodental de manera sostenible en consonancia con los objetivos de la ONU. Bocas más saludables significan también un planeta más saludable".

ISHANE BEN YAHYA
Presidenta de la FDI.

"Con una cuidadosa observancia de normas básicas y compromiso, es posible brindar una atención bucodental eficaz, de alta calidad y ambientalmente sostenible".

ÓSCAR CASTRO
Presidente del Consejo General de Dentistas de España.

PROPUESTAS Y RECOMENDACIONES

PROPUESTAS Y RECOMENDACIONES

80 IDEAS SOSTENIBLES

Para ayudarte, hemos recopilado **80 consejos ecológicos.** La mayoría de ellos son específicos para tu práctica dental, pero también se incluyen algunas ideas de sostenibilidad general. Para facilitar la lectura, se han agrupado en varias categorías. Tómate un momento y elige una idea que puedas implementar esta semana o este mes. Incluso un pequeño gesto puede tener un gran impacto en el medio ambiente a medio plazo. Recuerda que **pequeños gestos pueden alcanzar grandes resultados.**

Odontología SOSTENIBLE

Ser proactivo

1. Implementa un programa de esterilización amigable con el medio ambiente.
2. Limita el uso de amalgama a lo estrictamente imprescindible.
3. Deshazte de los productos en aerosol.
4. Planifica el diseño de tu clínica para maximizar la luz y la ventilación naturales.
5. Camina, ve en bicicleta o usa el transporte público para ir al trabajo.
6. Cuida los productos químicos que compras.
7. Consulta algún plan de ahorro de energía.
8. Intenta trabajar con empresas que tengan principios sostenibles.
9. Los recordatorios de citas en papel reciclado o por correo electrónico o mensaje de texto.
10. Piensa en la instalación de linóleo para suelos.
11. Compra exfoliantes orgánicos o ecológicos.

12 Educa a tus pacientes sobre los beneficios de acudir a la clínica caminando o en bicicleta.

13 Solicita no recibir publicidad no deseada en tu clínica.

14 Coloca plantas verdes en la clínica y balcones.

15 Si llevas tu comida al trabajo, que sea en recipientes reutilizables.

16 Revisa las salidas de aire de retorno de calefacción y refrigeración.

17 Si entregas algún obsequio a pacientes, hazlo en bolsas de papel reciclable.

Odontología SOSTENIBLE — Usar energías eficientes

18 Usa un regulador de iluminación más tenue, que ahorra electricidad y solo usa la luz necesaria según la luminosidad natural de la clínica.

19 Ahorra en tu factura de calefacción con un termostato programable.

20 Cuando renueves ventanas, que sean de vidrio reflectante.

21 Instala lámparas LED.

22 Cambia a inodoros ahorradores de agua.

23 Usa grifos operados por sensor.

24 Usa grifos y accesorios de bajo flujo.

25 Instala electrodomésticos de bajo consumo (lavadora, secadora, lavavajillas, etc.).

26 Valora invertir en paneles solares y calentadores de agua.

27 Instala detectores de movimiento y temporizadores para iluminación.

28 Usa secadores de aire caliente en los baños en lugar de papel.

29 Utiliza regletas inteligentes para el material electrónico.

30 Usa mobiliario ecológico para la sala de espera.

31 No uses formaldehído añadido.

32 Utiliza plafones biodegradables.

33 Instala un compactador de residuos.

34 Sella las ventanas de tu clínica o reemplázalas por otras más eficientes.

35 Sustituye tu antiguo calentador de agua por un modelo más eficiente.

Odontología SOSTENIBLE — Cambiar a productos más ecológicos

36 No uses pintura que contenga compuestos orgánicos volátiles (COV).

37 Compra muebles de oficina hechos de madera reciclada o recuperada.

38 Usa puntas de succión quirúrgicas reutilizables de acero inoxidable como alternativa a los de plástico desechable.

39 Ten jeringas de irrigación de vidrio reutilizables como sustituto del plástico desechable.

40 Usa vasos desechables biodegradables.

41 Usa solo productos de papel reciclado.

42 Usa barreras desechables de plástico solo cuando sea imprescindible.

43 Usa punta de acero esterilizable para la jeringa aire-agua.

44 Compra pantallas de computadora LCD en lugar de pantallas CRT.

45 Coloca desinfectante de manos seco que no requiere de enjuague en la clínica.

46 Bebe agua del grifo, no agua embotellada.

47 Utiliza papel reciclado para el material de embalaje.

48 Compra papel con membrete, sobres, papel para fax y tarjetas de presentación reciclables.

49 Usa señales de salida LED o LEC para mejorar la eficiencia energética.

50 Usa ventiladores de techo para promover la circulación del aire y reducir la necesidad de aire acondicionado.

51 Elige desinfectantes de superficies menos dañinos para limpiar y esterilizar.

52 Compra selladores, adhesivos y otros materiales de restauración que no sean de formato de uso único.

Odontología SOSTENIBLE

Reutilizar y reciclar

53	Recicla los cinco grandes: aluminio, vidrio, plástico, papel y acero.
54	Si se toman radiografías tradicionales, recicla las soluciones de fijador y revelador.
55	Recicla o recarga los cartuchos de toner.
56	Etiqueta claramente los contenedores de reciclaje en áreas accesibles para los pacientes y el personal para fomentar el reciclaje y la reutilización.
57	Recicla partes de material electrónico.
58	Cambia y recicla los filtros periódicamente.
59	Utiliza una empresa autorizada de reciclaje para tu clínica.
60	Reutiliza las pilas recargables.
61	Usa paneles de yeso para el aislamiento acústico.
62	Limpia los filtros del aire acondicionado.
63	Racionaliza la iluminación de tu clínica.
64	Averigua las ventajas fiscales para obtener energía renovable.
65	Apaga las luces cuando no sean necesarias.
66	Apaga los equipos electrónicos de noche y fines de semana.
67	Reduce el papel: usa medidas alternativas.
68	Ahorra en agua.

69 Pon el lavavajillas solo cuando esté lleno.

70 Paga tus facturas de la clínica de forma online.

71 Reduce las impresiones y usa siempre doble cara cuando sea viable.

72 Piensa en una auditoría energética de tu clínica.

73 Limita los televisores de la sala de espera.

74 Prioriza la comunicación digital con tus pacientes.

75 Elimina los dispositivos electrónicos que no utilizas.

76 Cuando te laves las manos, cierra el agua mientras te enjabonas.

77 Piensa en los cargadores solares para cargar teléfonos móviles, PDA, ordenadores portátiles, etc.

Odontología SOSTENIBLE

Educar

78 Educa a tus pacientes para que cierren el grifo mientras se cepillan los dientes.

79 Utiliza la web de tu clínica para recomendaciones sostenibles (reciclaje de cepillos dentales, desplazamientos a clínica...).

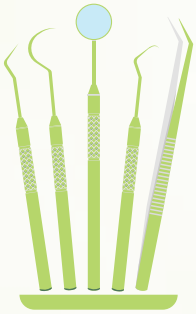
80 Coloca un letrero en los baños para fomentar el ahorro de agua.

LOS GESTOS QUE IMPORTAN

En el día a día del ejercicio clínico son numerosos los gestos y las acciones que realizamos. Aquí exponemos algunos ejemplos prácticos que ayudan a la sostenibilidad en Odontología.

¡VIVA LA INFORMÁTICA VERDE!
Aparataje de bajo consumo, impresión por las dos caras, reducción de papel innecesario, trámites burocráticos inútiles... Bien utilizada, la informática es la aliada de un desarrollo sostenible.

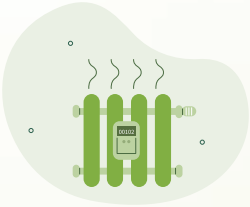
CLASIFICAR: ¡TODOS GANAMOS!
Papel, cartón, vidrio, plástico. Bien clasificados, estos residuos son reciclables. ¡Con 15 botellas de plástico se fabrica un suéter polar!



UNA ESTERILIZACIÓN EFICIENTE
Bandejas, instrumentos, cánulas de aspiración. El instrumental de un solo uso no es la única solución. La esterilización ahorra toneladas de residuos y garantiza también la seguridad. Cuando sea posible, utiliza instrumental esterilizable en vez de un solo uso.

¡APAGA TODO!
Cuando termines la consulta, no dejes encendidos los ordenadores, los teléfonos, las impresoras y demás equipos eléctricos. Estando enchufados aún consumen entre un 20-40% de lo que lo harían en funcionamiento.

AMARILLO
Los residuos con riesgo de infección (cortantes, punzantes) deben depositarse en un recipiente adaptado de seguridad. Es obligatorio tener contratada a una empresa especializada encargada de su recogida y eliminación. El tratamiento de estos residuos es de 8 a 10 veces más costoso que el de los residuos domésticos. Por eso, en el contenedor amarillo coloca solo lo que sea necesario.



CALEFACCIÓN
Aumentar un solo grado la temperatura de la consulta supone consumir un 7% más de energía. Se considera que la temperatura de confort se sitúa entre 20-21 grados centígrados.

ALUMBRADO INTELIGENTE

Las bombillas tipo LED de bajo consumo requieren entre el 75 y el 80% menos de energía y alumbran igual. Los detectores de presencia evitan tener alumbradas innecesariamente zonas no ocupadas.

AHORRA COMBUSTIBLE

Para el equipo de la clínica y para los pacientes, piensa en ahorrar en transporte. Utiliza alternativas con menor impacto ambiental que el coche: los transportes públicos, la bicicleta o acudir a la clínica caminando son ejemplos de compromiso medioambiental.

SOLUCIONES HIDROALCOHÓLICAS

Para el lavado de manos, piensa en la solución hidroalcohólica. Permite una limpieza profunda y ahorra agua.

ÚNICO USO: ¿HASTA DÓNDE IR?

En España, las clínicas dentales utilizan todos los años millones de cánulas de saliva, baberos de protección de plástico y bandejas desechables. Toneladas de residuos que no se reciclan. ¿Podemos hacerlo diferente?

NUEVA VIDA PARA EL MATERIAL USADO

A menudo, los dentistas tenemos que renovar material y equipamiento. Antes de tirarlos, consulta la posibilidad de que puedan ser reciclados y utilizados para otros fines.

PRESERVAR EL AGUA

Para evitar verter productos contaminantes y peligrosos al agua, dos consejos: elige productos no tóxicos y recupera los residuos para tratarlos en circuitos seguros.

AHORRAR AGUA

Cerrando el grifo mientras nos cepillamos los dientes podemos ahorrar 50 vasos de agua por persona y día. Ayudemos a no malgastar el agua que no sobra, explicándoselo a nuestros pacientes.

PROTECCIÓN MÁXIMA

La instalación radiológica debe ser declarada y revisada anualmente. Usa la radiología cuando realmente sea necesaria. Piensa en la radiología digital como alternativa.

LAS ACCIONES CONCRETAS

Este apartado propone una serie de acciones concretas que permiten ir avanzando hacía una práctica clínica sostenible. Algunas de ellas conllevan un mayor coste y/o un mayor tiempo de implantación que otras. Cada cual, en el ámbito de sus competencias, valorará qué acción es viable y cuándo puede o quiere empezar a instaurarla.

Se han utilizado los siguientes símbolos asociados al coste y a la dificultad de implantación (expresada en tiempo) de las diferentes acciones propuestas:

SIMBOLOGÍA

COSTE DE LA ACCIÓN		TIEMPO DE IMPLEMENTACIÓN	
💶	Sin coste o coste bajo	🕒	1 mes/inmediato
💶💶	Coste medio	🕒🕒	1 año
💶💶💶	Alto coste	🕒🕒🕒	Varios años

RELACIONADAS CON LOS DESPLAZAMIENTOS

ACCIÓN	
Favorecer los desplazamientos caminando o en bicicleta.	💶🕒🕒
Promocionar el uso de transporte público (pacientes y personal).	💶🕒🕒
Combinar citas para reducir desplazamientos.	💶🕒
Combinar citas familiares para aprovechar desplazamientos.	💶🕒🕒🕒
Concentrar pedidos para reducir portes.	💶🕒
Informar a los pacientes de los posibles signos postratamiento.	💶🕒

RELACIONADAS CON LAS ADQUISICIONES

ACCIÓN	
Comprar racionalmente en función de las necesidades reales.	💰 🕐
Reducir la utilización de artículos de un solo uso.	💰 💰 🕐
Elegir adecuadamente los productos químicos utilizados.	💰 🕐
Recurrir a las redes sociales y herramientas online.	💰 💰 🕐
Elegir productos de papelería reciclables.	💰 🕐
Elegir proveedores que usen embalaje mínimo y respetuoso.	💰 🕐 🕐 🕐
Revisar mensualmente el almacén para no desperdiciar materiales.	💰 🕐 🕐
Pensar en la radiología digital para reducir productos químicos.	💰 💰 🕐

RELACIONADAS CON CONSUMO ENERGÉTICO

ACCIÓN	
Evitar las corrientes de aire y fugas.	💰 🕐
Colocar doble acristalamiento.	💰 🕐
Cerrar las puertas, ventanas y cortinas cuando sea preciso.	💰 🕐
Instalar un sensor de movimiento para iluminación.	💰 🕐
Desenchufar el equipamiento por la noche y los fines de semana.	💰 🕐
Reducir los equipos de alto consumo energético.	💰 💰 🕐 🕐
Comprar equipamiento de bajo consumo energético.	💰 🕐 🕐
Valorar la compra de energía verde.	💰 💰 💰 🕐 🕐

RELACIONADAS CON EL AGUA

ACCIÓN

- Instalar grifos con sensor de movimiento y/o baja presión.
- Equipos dentales eficientes en consumo de agua (autoclave).
- Disponer de contenedores debidamente etiquetados.
- Instalar sanitarios eficientes con inodoro de doble descarga.
- Educar a los pacientes a cerrar el grifo mientras se cepillan.
- Inspeccionar periódicamente posibles fugas de agua.

RELACIONADAS CON LOS RESIDUOS

ACCIÓN

- Programa de segregación adecuada de residuos.
- Desarrollar una guía de segregación de residuos para el personal.
- Disponer de contenedores debidamente etiquetados.
- Desarrollar una política de reciclaje y distribuir al personal.
- Registros electrónicos de historial de pacientes.
- Usar mails o mensajes de texto para citas y recordatorios.
- Usar material esterilizable como alternativa a desechables de un solo uso.
- Educar a los pacientes en el reciclaje de los cepillos dentales.
- Usar vasos y baberos de papel en sustitución al plástico.
- Reducir y/o eliminar los residuos de amalgama.

RELACIONADAS CON ASPECTOS GENERALES

ACCIÓN

- Incluir aspectos de sostenibilidad en la web de la clínica.
- Formar al equipo dental en mayor conciencia sostenible.
- Poner plantas en las instalaciones de la clínica.
- Promover la prevención para reducir necesidad de tratamientos.
- Tener un protocolo de prevención dental en función del riesgo.

Traducido por CONSEJO DENTISTAS

Duane B, Croasdale K, Ramasubbu D, Harford S, Steinbach I, Stancliffe R, Vadher D. Environmental sustainability: measuring and embedding sustainable practice into the dental practice. Br Dent J. 2019; 226:891-896.

eco

COMPROMISO CON EL EJERCICIO RESPONSABLE Y SOSTENIBLE

EL COMPROMISO

DESARROLLO SOSTENIBLE

La Odontología reconoce la necesidad de alinear los esfuerzos combinados de la industria dental con los Objetivos de Desarrollo Sostenible estipulados en la agenda 2030 de la ONU.

LAS ACTIVIDADES DE LA PROFESIÓN DENTAL ESTÁN MUY ESPECIALMENTE RELACIONADAS CON 8 DE ESTOS OBJETIVOS:

- SALUD Y BIENESTAR
- EDUCACIÓN DE CALIDAD
- AGUA LIMPIA Y SANEAMIENTO
- TRABAJO DECENTE Y CRECIMIENTO ECONÓMOCO
- INDUSTRIA, INNOVACIÓN E INFRAESTRUCTURA
- PRODUCCIÓN Y CONSUMO RESPONSABLE
- ACCIÓN POR EL CLIMA
- ALIANZAS PARA LOGRAR LOS OBJETIVOS

SALUD Y BIENESTAR

La Odontología tiene como principal objetivo la promoción de la salud y el bienestar de las poblaciones. Entre otras medidas se incluye:

- Impulsar la prevención.
- Minimizar el impacto ambiental de los materiales dentales.
- Incrementar la calidad de vida.
- Reducir la medicación innecesaria.
- Pensar en la radiología digital.
- Educar al paciente en autocuidados.

EDUCACIÓN DE CALIDAD

La formación de calidad pregraduada, postgraduada y la formación continua deben ir incorporando los valores de sostenibilidad para avanzar hacia una práctica clínica respetuosa con el medio ambiente. Entre otras medidas se incluye:

- Impulsar la formación en este campo.
- Desarrollar una cultura de sostenibilidad en Odontología.
- Apoyar las buenas prácticas, la tecnología y la innovación en materia de sostenibilidad.
- Sensibilizar a los dentistas y a sus equipos en los Objetivos de Desarrollo Sostenible.

AGUA LIMPIA Y SANEAMIENTO

El agua es un recurso limitado y vital. La profesión dental tiene la responsabilidad de hacer un uso responsable y sostenible del mismo. Entre otras medidas se incluye:

- Optimizar el uso del agua en las clínicas.
- Minimizar el impacto en la contaminación hídrica.
- Realizar una gestión sostenible del agua evitando las fugas.
- Reducir el consumo innecesario.
- No contaminar el agua con residuos.
- Educar al paciente a cerrar el grifo mientras se cepilla los dientes y al personal mientras se enjabona las manos.

TRABAJO DECENTE Y CRECIMIENTO ECONÓMICO

Optamos por un claro compromiso con el empleo estable y de calidad. Entre otras medidas se incluye:

- Garantizar condiciones laborales dignas.
- Respetar el código ético y deontológico.
- Políticas justas de selección de proveedores sostenibles.
- Gestionar la salud y la seguridad en el trabajo.
- Cumplir con la política de prevención de riesgos laborales.
- Luchar contra las agresiones a sanitarios.

INDUSTRIA, INNOVACIÓN E INFRAESTRUCTURA

La innovación es parte del ejercicio de la Odontología. La industria dental no puede ser ajena a un proceso de transformación sostenible. Entre otras medidas se incluye:

- Contar con instalaciones y equipamiento sostenibles.
- Elegir proveedores con compromiso sostenible.
- Reducir las emisiones de CO_2 mediante el uso de una energía eficiente.
- Adquirir materiales y recursos más sostenibles.
- Evitar el embalaje innecesario.
- Limitar, si posible, los productos monodosis.

PRODUCCIÓN Y CONSUMO RESPONSABLE

Trabajar en políticas de prevención, reducción, reutilización y reciclaje, valorando los residuos, es clave para ir adaptando prácticas sostenibles en Odontología. Entre otras medidas se incluye:

- Potenciar el uso de energías renovables.
- Minimizar el impacto en contaminación.
- Cuando sea viable, usar materiales reciclables.
- Desarrollar prácticas de producción sostenible.
- Limitar el consumo de productos poco sostenibles.
- Racionalizar las compras.
- Controlar el almacenamiento para evitar desperdicios costosos.

ACCIÓN POR EL CLIMA

La Odontología, como profesión e industria, tiene también responsabilidades en la huella de carbono y en el cambio climático. Entre otras medidas se incluye:

- Invertir en tecnología sostenible.
- Fomentar la movilidad sostenible, tanto del personal como de los pacientes.
- Establecer criterios de eficiencia energética.
- Introducir y difundir buenas prácticas de sostenibilidad.

ALIANZAS PARA LOGRAR LOS OBJETIVOS

Las principales alianzas deben producirse con la industria y los proveedores dentales. Entre otras medidas se incluye:

- Identificar los objetivos relacionados con la práctica odontológica.
- Concienciarse y formarse en sostenibilidad.
- Priorizar a las empresas y proveedores con política clara de sostenibilidad.
- Seleccionar innovaciones tecnológicas sostenibles.
- Comprometerse con el desarrollo de buenas prácticas.
- Invertir en tecnología sostenible.

LOS PASOS HACIA LA SOSTENIBILIDAD

IDENTIFICACIÓN

El primer paso hacia la sostenibilidad en las clínicas dentales exige la correcta identificación de los posibles cambios que se desean introducir, para, posteriormente, poder fijar los objetivos operativos.

MEDICIÓN

Incorporar la sostenibilidad en el entorno clínico es un proceso de mejora de la calidad. Parte integral de ella es la medición, la cual puede usarse para evaluar el progreso y comprobar si se han alcanzado o no las metas prefijadas.

LOS LÍMITES

El proceso de incorporación de la sostenibilidad es lento y a veces costoso. Por eso, se debe ser realista en los objetivos e ir paso a paso, eligiendo aquellos gestos y acciones que sean más factibles y de implantación más rápida. No fijarse límites puede llevar al desaliento.

SUPERVISIÓN

Un plan de sostenibilidad exige supervisar continuamente las diferentes tareas asignadas a todos los miembros del equipo. Estos deben sentirse parte integral del plan desde el principio y colaborar en el establecimiento de las acciones. Deben tenerse en cuenta los recursos necesarios para la implementación y ser flexibles en el desarrollo inicial.

GESTIONAR

Es imprescindible gestionar adecuadamente el plan de sostenibilidad implantado, incorporando indicadores de fácil medición y evaluables. Hay que controlar el progreso y compartirlo con todos los miembros del equipo. También es importante que los pacientes conozcan los esfuerzos que se están realizando en este campo. Un apartado dedicado a ello en nuestra página web puede ser una buena opción para la difusión.

REEVALUAR Y AVANZAR

Como en todo proceso de planificación e innovación, deben reevaluarse los resultados obtenidos periódicamente e ir progresando hacia objetivos y metas más ambiciosas a medio y largo plazo.

LOS ELEMENTOS DE LA ODONTOLOGÍA SOSTENIBLE

1

RECICLAR

Seleccionar adecuadamente los residuos y limitar la generación de los mismos.

2

REDUCIR

El consumo energético instalando lámparas LED, termostato, limitando el papel y desconectando la aparatología en horarios de cierre.

3

PENSAR

En opciones alternativas más sostenibles y evaluarlas cada cierto tiempo.

4

NUEVAS TECNOLOGÍAS

Recurrir a la radiología digital, las impresiones digitales y demás herramientas disponibles.

5

GESTIONAR

Controlar el almacenamiento del material y artículos fungibles, concentrar los pedidos para evitar múltiples desplazamientos y elegir productos sostenibles.

6

EDUCAR

Al personal de la clínica y a los pacientes para reducir el impacto ecológico mediante buenas prácticas.

EL DECÁLOGO

01
REDUCCIÓN Y GESTIÓN DE LOS PLÁSTICOS
02
USO RESPONSABLE DEL CONSUMO DE PAPEL
03
RECICLAJE
04
BIOSEGURIDAD Y RESIDUOS
05
AHORRO DE AGUA
06
AHORRO ENERGÉTICO
07
ELECCIÓN DE ENERGÍAS RENOVABLES
08
DESPLAZA-MIENTOS SOSTENIBLES SALUDABLES
09
COMPROMISO CON LOS PROVEEDORES
10
EDUCAR Y CONCIENCIAR AL EQUIPO Y PACIENTES

NUMEROSAS VENTAJAS

Incorporar la sostenibilidad en la práctica diaria presenta numerosas ventajas, tanto para el planeta como para los pacientes y la propia clínica.

BUENO PARA EL PLANETA

- Menos citas y desplazamientos.
- Menor emisión de CO_2.
- Menor contaminación.
- Menos residuos.
- Menos necesidad de reciclaje.
- Menos productos desechables.
- Menos embalajes.

BUENO PARA LA CLÍNICA

- Ahorro de costes.
- Eficiencia.
- Odontología de calidad.
- Ejercicio responsable.
- Visibilidad de la clínica.
- Diferenciación con los demás.

BUENO PARA EL PACIENTE

- Refuerzo de estilo de vida saludable.
- Compromiso con el medio ambiente.
- Actitud corresponsable.
- Mejor calidad de vida oral.
- Mejores resultados clínicos.
- Tratamientos duraderos.
- Ahorro económico.

PRINCIPALES ACCIONES

MOVILIDAD SOSTENIBLE

Los desplazamientos suponen el 65% de las emisiones en Odontología. Fomentar el desplazamiento activo entre el personal y los pacientes es muy saludable, además de sostenible.

COMPRAS RESPONSABLES

Las adquisiciones representan el 19% de la huella de carbono en Odontología. Involucrar a los proveedores en el proceso sostenible, controlar el almacenamiento de materiales para evitar desperdicios y evitar embalajes innecesarios son ejemplos responsables.

CONSUMO ENERGÉTICO

Valorar la adquisición de energía verde, controlar la temperatura de la clínica, aislar y adoptar tecnologías energéticamente eficientes.

CLASIFICACIÓN DE LOS RESIDUOS

Revisar cómo se separan los residuos, crear una guía sencilla de segregación de residuos, separar envoltorios estériles para reciclarlos y etiquetar claramente los contenedores.

DISMINUIR EL CONSUMO

Instalar lámparas de bajo consumo (LED), sensores de movimiento, ordenadores de bajo consumo y apagar todo en el horario de cierre.

AHORRO DE AGUA

El agua es un recurso valioso y finito. Cerrar el grifo mientras se enjabonan las manos o se cepillan los dientes, instalar sensores de movimientos en grifería y adquirir electrodomésticos que ahorren agua (por ejemplo, equipo de esterilización) son opciones sostenibles.

REDUCIR PLÁSTICOS

Usar vasos de papel reciclado para el enjuague de los pacientes, evitar dispositivos de un solo uso cuando sea posible (por ejemplo, cubetas de impresión de acero inoxidable) e informar a los pacientes sobre el reciclaje de cepillos de dientes.

MÍNIMO PAPEL

Usar las redes sociales y las herramientas online para comunicarse con los pacientes, presupuestos y citas sin papel, evitar impresiones innecesarias (configurar a doble cara) y solicitar a nuestros proveedores un mínimo embalaje.

RECICLAJE EFICIENTE

El instrumental y accesorios clínicos deben ser aptos para su propósito, construidos con materiales de origen sostenible y duradero, de modo que puedan ser operativos durante un período prolongado y requieran revisiones y/o reemplazos reducidos.

EDUCAR Y CONCIENCIAR

El proceso de sostenibilidad pasa por concienciar y educar a todos los miembros del equipo y a los pacientes.

LOS COMPROMISOS

RACIONALIZAR LAS CITAS

Correcta planificación del tratamiento con menos citas que lleva a menos desplazamientos. Intentar dar citas familiares cuando sea posible.

USO DE INTERNET

Recordatorios de citas on line con mensajes automáticos al teléfono móvil o al correo electrónico, uso de la página web de la clínica y de las redes sociales.

ELIMINAR LOS PLÁSTICOS DE UN SOLO USO

Reducir, hasta eliminar, los plásticos de un solo uso. Esto significa reducir los envoltorios, los vasos de enjuague, los baberos plásticos...

REPENSAR LOS RAYOS X

Los rayos X brindan un apoyo y ayuda indispensable en los diagnósticos. Sin embargo, también originan residuos plásticos y químicos. Valorar las opciones digitales.

AUTOCUIDADOS POSTRATAMIENTO

Las clínicas deben ofrecer consejos y orientación para que los pacientes conozcan los signos y síntomas esperables después de la intervención, y sepan cuando realmente está ocurriendo algo anómalo.

IMPULSAR LA PREVENCIÓN

La prevención no solo ayuda a las personas a conseguir vidas más saludables, sino que también reduce su dependencia al tratamiento dental. Por lo tanto, se desperdiciarán menos recursos para tratar la caries y las enfermedades periodontales, la mayoría de ellas prevenibles.

USO DE LA SEDACIÓN

La sedación es imprescindible para el cuidado dental en muchos pacientes, sin embargo, tiene un impacto en la huella de carbono. La adecuada recuperación de los gases es clave mediante las medidas técnicas disponibles.

REDUCIR LA UTILIZACIÓN DE LA AMALGAMA

Pensar sobre la cantidad de amalgama que realmente se utiliza, amén de ajustarse al Tratado de Minamata y a las limitaciones legales de su uso.

REDUCIR LA MEDICACIÓN INNECESARIA

Los medicamentos innecesarios generan plástico, cartón y papel. Además, la resistencia a los antibióticos es un factor preocupante y creciente.

DESECHOS RESPONSABLES

Las clínicas dentales pueden ayudar a combatir este problema separando y clasificando cuidadosamente los desechos. En este proceso, los pequeños gestos pueden derivar en grandes resultados.

BIBLIOGRAFÍA

BIBLIOGRAFÍA

1. Duane, Brett & Fennell-Wells, Amarantha. (2023) Clinical guidelines for environmental sustainability in dentistry. Trinity College Dublin.
2. Adair, G. «The Hawthorne effect: A reconsideration of the methodological artifact». Journal of Applied Psychology 1984; 69: 334-345.
3. Martin N, Mulligan S, Fuzesi P, Hatton PV. Quantification of single use plastics waste generated in clinical dental practice and hospital settings. J Dent. 2022; 118: 103948. doi: 10.1016/j.jdent.2022.103948.
4. Duane B, Stancliffe R, Miller FA, Sherman J, and Pasdeki-Clewer E. Sustainability in Dentistry: A Multifaceted. Approach Needed. J Dent Res. 2020; 99: 998-1003.
5. Duane B, Croasdale K, Ramasubbu D, Harford S, Steinbach I, Stancliffe R, Vadher D. Environmental sustainability: measuring and embedding sustainable practice into the dental practice. Br Dent J. 2019; 226: 891-896.
6. Martin N et al. Sustainable Oral Healthcare: A Joint Stakeholder Approach. Internacional Dental Journal, 2022; 72: 261-265.
7. Smith L, Ali M, Agrissais M, Mulligan S, Koh L, Martin N. A comparative life cycle assessment of dental restorative materials. Dent Mater. 2023; 39: 13-24. doi: 10.1016/j.dental.2022.11.007.
8. Duane, B., Lee, M., White, S. et al. An estimated carbon footprint of NHS primary dental care within England. How can dentistry be more environmentally sustainable? Br Dent J, 2017; 223: 589–593. https://doi.org/10.1038/sj.bdj.2017.839.
9. Baird, H., Mulligan, S., Webb, T. et al. Exploring attitudes towards more sustainable dentistry among adults living in the UK. Br Dent J, 2022; 233: 333–342. https://doi.org/10.1038/s41415-022-4910-6
10. Martin, N. et al. Awareness and barriers to sustainability in dentistry: A scoping review, Journal of Dentistry 2021; 112: 103735, https://doi.org/10.1016/j.jdent.2021.103735.
11. Vogell S., Azzam, M. Basic Concepts of Green Dentistry. Decisions in Dentistry, 2020; 6: 40-43
12. Field J, Martin N, Duane B et al. Embedding environmental sustainability within oral health professional curricula-Recommendations for teaching and assessment of learning outcomes. Eur J Dent Educ. 2022 Sep 19. doi: 10.1111/eje.12852.
13. Joury E, Lee J, Parchure A, Mortimer F, Park S, Pine C, Ramasubbu D, Hillman L. Exploring environmental sustainability in UK and US dental curricula and related barriers and enablers: a cross-sectional survey in two dental schools. Br Dent J. 2021; 230: 605-610. doi: 10.1038/s41415-021-2942-y.
14. Gershberg NC, Lee J, Murphree JK, Parchure A, Hackley DM. US students' perceptions on environmental sustainability in dental school. J Dent Educ. 2022; 86: 482-488. doi: 10.1002/jdd.12824.

CONSEJO
DENTISTAS
ORGANIZACIÓN COLEGIAL
DE DENTISTAS DE ESPAÑA