

PREVENCIÓN DE LA SALUD ORAL

Dr. Jorge A. Torrejón Reátegui (*)

Resumen

La salud oral requiere estar al cuidado de la aparición de las placas bacterias compuestas por microorganismos que a la larga pueden originar la separación de la encía del diente y produce un desgaste del hueso alveolar. Si persiste el descuido puede aparecer una gingivitis que se manifiesta en el sangrado de las encías cuando entra en contacto con el cepillo dental. Muchas afecciones bucales tratadas por el odontólogo pueden tener una estrecha relación con el tratamiento del médico. Un tratamiento apropiado recomendará el uso correcto del cepillo y del hilo dental.

INTRODUCCION

El propósito de este artículo es hacer hincapié en el cuidado de los tejidos blandos de la boca: encías, lengua, paladar y también de los dientes como objetivos principales.

En lo que respecta a los dientes debemos preocuparnos para que éstos no nos falten por estética, pero también porque ellos sirven para nuestra fonación, sonrisa y poder masticar. Debemos considerar que nuestros dientes nos rejuvenecen evitando las líneas o las arrugas que se presentan en la cara cuando ellos faltan. A veces olvidamos que si nos faltan dientes el cóndilo de nuestra mandíbula golpea el oído interno produciendo dolor, lo cual nos puede producir hasta sordera. Esto en forma sucinta en lo referente a los dientes. Lo que quiero subrayar es la falta de higiene bucal que puede llevar a una inflamación de las encías o gingiva produciendo una gingivitis; si ésta continúa y no se realiza el tratamiento apropiado puede aparecer la periodontitis o sea infección de las encías y

todas las partes que conforman el sostén del diente como son el alvéolo dentario, o sea, el “socket” donde se aloja el diente y hasta se puede infectar el hueso que lo conforma, llamado hueso alveolar.

PLACA BACTERIANA

Cuando no hay una higiene bucal adecuada se produce la placa bacteriana, que es el acúmulo de bacterias o microorganismos que se manifiesta en un inicio como materia alba para luego convertirse en tártaro o sarro dentario. Todo esto se considera como la producción de la bolsa periodontal donde se encuentran las bacterias o microorganismos como los: estreptococos, estafilococos, diplococos, neumococos, hongos levaduriformes, bacilo subtilis, fusión espirilar, entre otros, Y si se practica las tinciones o coloreos se pueden apreciar otros como es el enterococos fecales, el cual tiene mucho significado actualmente por sus múltiples funciones destructivas.

(*) Cirujano – Dentista. Profesor Principal T.C. de la Facultad de Odontología., Doctor en Odontología por la UNMSM

El acúmulo de bacterias en las encías es lo que ocasiona la bolsa periodontal que origina la separación de la encía del diente y produce un desgaste del hueso alveolar que cuando se profundiza, el diente comienza a moverse; razón por la cual muchas personas pierden sus dientes y no es por la edad, como muchas veces se cree.

Estos microorganismos o bacterias se subdividen en saprofíticos y patógenos que convierten a nuestra boca en su habitat idóneo. Se dice que en una boca sana sin caries dental hay o existen de 5 a 6 mil millones de bacterias (Fig. 1).



Figura 1.- BIOFILM. Acúmulo de bacterias en la bolsa periodontal.

Dentro de ella hay gérmenes patógenos y éstos liberan sus toxinas que son sustancias que van por vía hemática y pueden originar una septicemia, es decir toxinas de origen bacteriano que pueden ingresar a la sangre; estas toxinas incluso se pueden alojar en el cerebro o en el corazón pudiendo producir un derrame cerebral o un infarto del miocardio; también puede alojarse en el páncreas originando diabetes que a veces se presenta en la edad adulta y uno se pregunta ¿por qué? Y sería la causa de la interferencia con las células que liberan la insulina. (Fig. 2)

Toda esta interrelación nos permite conocer las enfermedades de la cavidad oral referidas a los dientes, cuyo conocimiento pueden justificadamente ser interrelacionado con la

parte médica. No son propiamente causantes pero sí se deben considerar o tener en cuenta para un tratamiento eficaz.



Figura 2.- Presencia de tártaro o placa bacteriana o sarro dentario, el mismo que se ubica sobre y debajo de la encía.

La boca y el complejo estomatognático como se le conoce dentro de la odontología, es la parte del cuerpo humano que está muy cerca de la cavidad craneana donde se aloja el cerebro. Por tal razón, todo lo que ocurre en la cavidad oral -como son las disfunciones dentarias, la gingivitis y la periodontitis, y también las caries, los abscesos, los quistes o fracturas de los mismos y la misma ausencia de dientes- tienen una importante injerencia en el sistema nervioso que muchas veces pasan desapercibidos cuando nosotros no le damos importancia a lo que puede suceder en la boca; incluso los dientes cariados al tener aristas filudas o puntiagudas hieren a la lengua produciendo en ella abscesos o tumores, que en algunas oportunidades pueden ser malignos.



Figura 3.- Al examen clínico se observan las encías inflamadas, manifestación propia de la gingivitis.

GINGIVITIS

En este período de gingivitis las encías sangran al contacto con el cepillo dental, entonces se hace necesario eliminar el sarro o tártaro acumulado en los dientes. Es el momento de acudir al dentista para una profilaxis dental y evitar que la gingivitis se convierta en periodontitis.

Acudir al dentista es importante ya que en el examen clínico no solo se ve los dientes sino las partes blandas; examinar el paladar blando y duro, los carrillos, la lengua, en especial la base ya que muchas veces se aprecia leucoplasia especialmente en los que tienen el hábito de fumar. La leucoplasia es un precáncer de la lengua que se manifiesta como manchas blancas en la base de la lengua.



Figura 4.- Un caso de GUNA que viene a ser la gingivitis ulcerosa necrotizante aguda que comúnmente se conoce con el nombre de piorrea.

HIGIENE ORAL

Un acápite aparte es lo concerniente a tener una boca sana y encías saludables y para esto se recomienda el uso del hilo dental, el mismo que actúa entre los dientes o sea en el espacio interdentario, que muchas veces lo limpiamos con los palitos llamados monda-dientes que no tienen la efectividad esperada. En ese espacio se origina el acúmulo de detritus alimenticio que favorece la proliferación de bacterias y un frecuente uso del hilo dental limpia un 60 % del espacio interdentario, el cepillo un 30% y los enjuagues de

la boca o colutorios un 10%. Las veces que tengamos que cepillarnos los dientes idealmente esta acción debe durar unos 10 minutos después de las comidas, eso se llama cepillado profiláctico, mientras que el cepillado de dientes cuando uno se levanta o se va a acostar se llama cepillado cosmético.

Una pregunta frecuente de los pacientes es qué pasta dental es la mejor o lo más recomendable; la respuesta correcta es decirles que cualquier pasta es buena, la que más les guste. Lo importante es la técnica del cepillado y esto se obtiene consultando con el dentista quien le recomendará el tipo de cepillo que debe usar de acuerdo a las condiciones de su encía, incluso cómo se individualiza un cepillo para que tenga más efectividad en su boca.

Es necesario también masajearse las encías. Estoy tratándoles de insistir que los dientes y las encías deben tener un cuidado preferencial. Se recomienda lavar los dientes por las noches que hay más tiempo, durante 10 ó 12 minutos, tiempo suficiente para cepillar las superficies dentales y para el uso del hilo dental; al final hacer mínimo dos gárgaras para eliminar las bacterias de la faringe.

PERSPECTIVAS MÉDICO-DENTISTAS

Actualmente no hay duda que la placa bacteriana constituye uno de los factores preponderantes del origen de las enfermedades más prevalentes en la cavidad oral y tienen una estrecha relación con los dientes o con el aparato masticatorio. Estas enfermedades son: Caries dental y la Enfermedad periodontal.

Las caries dentales se originan por la ingesta de carbohidratos, azúcares y especialmente estreptococos. La enfermedad periodontal se produce por la destrucción ósea que soporta los dientes.

En el cuidado de salud en los próximos años los Médicos prestarán más importancia a la

Buena Salud Oral y probablemente tendrán que reintegrarse para analizar procedimientos dentales en interrelación con el Estomatólogo o Dentista. Adicionalmente, esto es un anticipo porque en la práctica periodontal habrá más tiempo para el avance de los procedimientos quirúrgicos que incrementarán los programas especiales en periodoncia y será más enfocado en las técnicas quirúrgicas avanzadas, incluyendo la cirugía plástica oral. Como parte de esta visión la AAP (American Association of Periodontics) ha diferenciado los roles de responsabilidad de los periodoncistas.

Mientras nuestros conocimientos básicos en lo referente a la relación sistémica periodontal lleguen a ser más avanzados e incrementen la incidencia de los síndromes de las Enfermedades Multifactoriales, estimamos que habrá un incremento en el número de referencia de pacientes a los periodoncistas con consideraciones sistémicas. También se cree que los protocolos médicos van a comenzar a incluir evaluaciones periodontales y habrá oportunidad de incrementar la mayor colaboración con la comunidad médica en el cuidado de los pacientes y en la investigación.

RECOMENDACIONES

Este artículo tiene por objeto poner más énfasis en la limpieza de los dientes y encías.

- Generalmente los dientes se comienzan a mover, la razón es obvia, es el resultado de la pérdida ósea de sostén de los dientes, específicamente las molares inferiores y superiores.
- La Estética Dental es importante en la sonrisa de las personas, algunos no sonríen porque sus dientes están manchados por el café, nicotina, sarro o tártaro, además de la halitosis o mal olor oral, razón por la cual algunos se alejan al conversar o es percibido por el interlocutor. Por todo esto es de suma importancia cuidar la buena salud bucal.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- *California Dental Hygienists Association*, 2002.
- *Contemporary Oral Hygiene* Vol. 4 N° 5, 2004.
- Internet Dentist Oral Health and Hygiene, 1999.
- *Journal of Periodontic*, 1998.
- Klaush, Edith, M. Ratertschak, *Periodontology*, 1989.
- *Palm Beach Community College Programs*, 2003.
- *Pro – Dent*, notas y fichas, 2001.
- *Soft Tissue Management Treatment Program*, 2000.
- *USA Today* – Artículos, 1998.

ANEXO

1. REPORTAJES IMPORTANTES DE INVESTIGACIONES RELACIONADOS A LA ENFERMEDAD PERIODONTAL

- Malas encías pueden ser un factor poderoso de riesgo para los ataques cardíacos, más aún si hay el hábito de fumar cigarrillos, lo cual es compartido por cerca de 40,000 ataques relacionados con decesos cada año en Estados Unidos. (Daniel Haney, *AP Medical Director*, February 17, 1998).
- Un nuevo estudio de depósitos grasos en la arteria carótida en relación a personas que sufren de ataques muestran que 70% contienen bacterias y que el 40% de estas bacterias provienen de la boca. (*USA Today*, April 14, 1998)
- Los hombres con enfermedad periodontal (E-P) tienen una fuerte propensión a la enfermedad cardiovascular de aquellos sin enfermedad periodontal; aquellos debajo de los 50 años con enfermedad periodontal teniendo mayor riesgo con aquellos sobre los 50 años. (*J. Periodontal* 1998, 69:841-850).
- Los diabéticos con enfermedad de las encías están tres veces más propensos a tener ataques cardíacos que aquellos sin enfermedad periodontal. (*USA Today*, April 14, 1998).
- Debajo la superficie... hay bolsas periodontales con infección que contienen billones de bacterias. (Daniel Haney, *AP Medical Director*, February 17, 1998).
- Las mujeres con enfermedad de encías son siete a ocho veces más propensas a tener ataques cardíacos que aquellos sin enfermedad periodontal. (*USA Today*, April 14, 1998).
- Estudios también sugieren que buenos hábitos de higiene oral pueden incrementar la fertilidad en los hombres. (Internet, *Dentist: Oral Health and Hygiene*, September, 1999).

2. ENFERMEDADES PERIODONTALES LIGADAS CON LAS ENFERMEDADES DEL CORAZÓN

Por Tim Friend / USA TODAY / Febrero 17, 1998

Philadelphia – Investigadores reportaron que la mancha de bacteria más común en la placa dental puede causar coágulos de sangre que conducen a ataques del corazón.

Mark Herzberg de la Universidad de Minnesota dijo que estos descubrimientos son los primeros que relacionan la bacteria con la formación de posibles coágulos de sangre fatales.

Según estudios anteriores se ha descubierto que las personas que sufren de la enfermedad periodontal tienen doble riesgo de contraer enfermedades del corazón, pero los científicos no sabían por qué.

“Ahora podemos demostrar una posible razón biológica” comentó Herzberg en la 150th Junta Anual de la Asociación Americana para el Adelanto de la Ciencia. (150th American Association for the Advancement of Science).

En estudios de laboratorio, Herzberg y sus colegas inyectaron bacteria de placa dental en el torrente sanguíneo de conejos. Esta bacteria provocó en cuestión de minutos el desarrollo de coágulos de sangre. Los conejos han sido un modelo probado para comprobar la hipótesis con respecto a las enfermedades del corazón y ataques cardíacos en los humanos.

Además, Herzberg dijo que la inflamación crónica en las encías, debido a la placa dental, también puede estar relacionada con la inflamación del recubrimiento interior de los vasos sanguíneos que es encargada de llevar a cabo la formación de placa en las arterias.

Estudios adicionales presentados en la Junta mencionada mostraron que la bacteria en la

placa también está asociada con:

- La posible fatal enfermedad llamada Endocarditis Infecciosa una condición que se caracteriza por inflamación del recubrimiento alrededor del corazón.
- Infecciones pulmonares en personas con enfermedades crónicas del pulmón tal como la enfermedad obstructiva pulmonar crónica.
- Un sistema inmunológico débil puede retrasar el sanar de heridas y disminuir en la persona la reacción a vacunas de hepatitis B e influenza.
- Un mayor riesgo de dar a luz a bebés prematuros y bebés de bajo peso.
- Reducir el riesgo de enfermedades ligadas con la bacteria dental es un constante consejo del dentista. El investigador Frank Scannapieco de la Universidad Estatal de Nueva York en Buffalo, aconseja que mantenga sus dientes limpios y use el hilo dental diariamente.

