



### ¿Qué son las enfermedades periodontales?

Literalmente, la palabra "periodontal" significa "Alrededor del diente". Las enfermedades periodontales son infecciones bacterianas de las encías que destruyen las fibras de adhesión y el hueso de soporte que mantiene los dientes en la boca. La principal causa de estas enfermedades es la placa bacteriana una biopelícula pegajosa, incolora que se forma constantemente en sus dientes. El diario cuidado oral en casa, incluyendo un cepillado apropiado y el uso del hilo dental, es necesario para prevenir la acumulación de placa bacteriana.

Si no se remueve la placa, en meno de dos días se puede convertir en una sustancia dura llamada cálculo (sarro). El cálculo es tan duro que sólo puede ser removido con una limpieza profesional. Si el cálculo se forma bajo las encías hacia la raíz del diente, hace que la limpieza de placa sea más difícil, dejándolo a usted con un alto riesgo de contraer enfermedades periodontales.

Las toxinas son desechos producidos por las bacterias de la placa que irritan las encías, provocando la infección. Dichas toxinas destruirán el tejido de soporte alrededor de los dientes, incluyendo el hueso.

Cuando lo anterior sucede, las encías se separan de los dientes, formando bolsas que se llenan con más placa e infección. Conforme avanza la enfermedad, estas bolsas se profundizan y se destruye más tejido y más hueso, y los dientes, eventualmente, se aflojan. Si las enfermedades periodontales no son tratadas, habrá que extraer los dientes.

Las enfermedades periodontales pueden afectar a uno o muchos dientes. Por ejemplo, sus dientes anteriores quizás no muestren señales de enfermedades periodontales, mientras que un diente en la parte posterior puede aflojarse debido a una severa progresión de la enfermedad.

Existen muchas formas de enfermedades periodontales. Entre las más comunes se encuentran:

**Gingivitis.-** La forma menos severa de la enfermedad periodontal. La gingivitis provoca que las encías se pongan rojas, inflamadas y que sangren fácilmente. Normalmente no hay incomodidad en esta etapa. La gingivitis es reversible si es tratada profesionalmente y con un buen cuidado oral en casa.

**Periodontitis.-** Si la gingivitis no es tratada, puede progresar hacia una periodontitis. En esta etapa ligera del mal, la enfermedad periodontal empieza a destruir el hueso y el tejido que sostienen a los dientes. En las etapas medias, las enfermedades periodontales pueden conducir a una mayor destrucción del tejido y el hueso. Las formas más avanzadas de estas enfermedades incluyen una gran pérdida de hueso y tejidos. Los dientes, por lo general, se aflojan y tienen que ser extraídos.

### **¿Que otros factores contribuyen a las Enfermedades Periodontales?**

Aunque la placa es la principal causa de las enfermedades periodontales, existen otros factores que pueden afectar la salud de sus encías, tales como:

**Diabetes.-**Las enfermedades periodontales pueden ser más severas en diabéticos no controlados. Además, las enfermedades periodontales no atendidas pueden hacer que los diabéticos tengan dificultades para controlar su diabetes.

**Enfermedades sistémicas:** Las enfermedades que interfieren con el sistema inmunológico del cuerpo pueden empeorar la condición de las encías.

**Embarazo y Pubertad:** Algunos cambios hormonales pueden provocar que las encías se tornen rojas, blandas y sangren fácilmente. Cualquier enfermedad periodontal preexistente se puede agravar.

**Estrés:** El estrés puede ocasionar que al cuerpo se le dificulte combatir una infección, incluyendo las enfermedades periodontales.

**Medicamentos:** Algunas drogas, tales como los anticonceptivos orales, antidepresivos y ciertos medicamentos para el corazón, anticonvulsivos e inmunodepresores pueden afectar la salud oral. Siempre debe informar a su experto en cuidados dentales sobre los medicamentos que está tomando, así como cualquier cambio en su historia médica.

**Apretamiento y rechinamiento de sus dientes:** Estos hábitos pueden ejercer mucha presión en el tejido de soporte el ritmo de destrucción de los tejidos.

**El fumar/El uso de tabaco:** Las personas que usan tabaco tienen mayores posibilidades de adquirir enfermedades periodontales y de sufrir de las formas más severas. Además la recuperación después de una terapia puede llevar más tiempo.

**Mala alimentación:** Una dieta baja en nutrientes importantes también puede hacer que el cuerpo tenga dificultades para combatir infecciones

### **¿Cuáles son las señales de enfermedades periodontales?**

Los siguientes son los síntomas más comunes de las enfermedades periodontales:

- Sangrado de las encías con el cepillado
- Encías, blandas, inflamadas y rojizas.
- Encías desprendidas de los dientes.
- Mal aliento persistente
- Pus entre los dientes y las encías (dejando un mal sabor)
- Dientes flojos o separados
- Cambio en la forma en la que los dientes encajan al morder
- Un cambio en el ajuste de dentaduras parciales

Usted puede tener enfermedades periodontales y no tener ninguno de estos síntomas. La mayoría de las personas no sufren de dolor con las enfermedades periodontales.

Si usted tiene alguno de los síntomas arriba mencionados, debe consultar a un periodontólogo para que le haga una evaluación periodontal completa. Muchas personas mayores de 35 años desarrollan enfermedades periodontales. El periodontólogo es un especialista en el diagnóstico, prevención y tratamiento de las enfermedades periodontales así como en la planeación, colocación y mantenimiento de implantes dentales.

Durante un examen periodontal, suavemente se coloca una pequeña sonda de medición entre el diente y la encía para evaluar su salud periodontal. También se recurre a radiografías para observar la salud del hueso bajo las encías. Si usted desconoce el estado de su salud periodontal debe consultar un especialista.

### **¿Cuál es el tratamiento para las enfermedades periodontales?**

Una vez que hayan evaluado su salud periodontal, su periodontólogo trabajará con usted para determinar las diferentes opciones del mejor tratamiento para atacar su enfermedad y devolver su salud. Dependiendo del avance en la enfermedad, el tratamiento puede variar enormemente. Si se detecta en las primeras etapas, se llevan a cabo procedimientos sencillos para remover la placa y el sarro de debajo de la encía y así eliminar las bacterias causantes de la infección. Si estas enfermedades han avanzado al punto que las bolsas periodontales son profundas y el hueso de soporte se ha perdido, se requerirá un tratamiento mayor. Cualquiera que sea el tratamiento requerido, el objetivo es devolverle a usted una buena salud oral y conservarla. Entre más avanzada la enfermedad las secuelas serán mayores y el pronóstico es más pobre.

Entre los beneficios del tratamiento periodontal se incluye un aliento fresco, una apariencia más juvenil, la capacidad de masticar la comida con facilidad y, lo más importantes, encías sanas libres de infección.

### **Tratamiento de Apoyo Periodontal (TAP)**

Una vez que se han combatido las infecciones periodontales, los pacientes son examinados regularmente para darles tratamientos de apoyo o mantenimiento periodontal. Esta etapa del tratamiento permitirá a su periodontólogo asegurarse que la infección está bajo control. Durante el TAP, los expertos examinan su boca, remueven cálculo y placa y, si es necesario, le pulen los dientes y revisan la mordida. Las enfermedades periodontales son enfermedades crónicas, como la diabetes. No se curan, solo se controlan. Sin un tratamiento cuidadoso y constante, las enfermedades pueden recurrir, y constantemente lo hacen.

### **¿Cómo puede prevenirse la enfermedad periodontal?**

Para mantener sus dientes por el resto de su vida, a diario debe remover la placa de los dientes y encías por medio del cepillado y el hilo dental. Consulte con su periodontólogo acerca de la salud dental, la forma como se cepilla y utiliza el hilo dental. El o ella le enseñara cómo afinar su técnica para que sus esfuerzos en casa sea aún más efectivos. Las visitas regulares al dentista son también muy importantes. La limpieza diaria mantendrá el sarro a un mínimo, sin embargo no lo prevendrá totalmente. La limpieza profesional, por lo menos dos a tres veces al año, es necesaria para remover el sarro de aquellos lugares donde el cepillo, u otros instrumentos, no alcanzan. Si usted ha tenido enfermedades periodontales y ha sido tratado, requerirá de un mantenimiento profesional con mayor frecuencia. Recuerde, una buena higiene oral y cuidados profesionales regulares son la clave para prevenir enfermedades periodontales. Los dientes fueron creados para durar toda una vida y con un poco de cariño y cuidado lo logrará.

### **NOTAS**

- 89% de la población mexicana padece algún tipo de enfermedad de encías o caries. (9 de cada 10 tienen algún grado de enfermedad periodontal)

- El 83 % de la población afectada ¡no se cree enfermo! No reconocen el sangrado de encías o el mal aliento como manifestaciones de la enfermedad.
- Hasta un 90% de las causas del mal aliento se localizan en la cavidad bucal.
- Las enfermedades periodontales (periodontitis) es la principal causa de pérdida de dientes adultos, aún más que la misma caries.
- Las enfermedades periodontales no se limitan a destruir el hueso de soporte dental, son focos de infección que pueden causar daños a distancia.
- Las bacterias que causan periodontitis y mal aliento son también factores de riesgo para otras afecciones en nuestro cuerpo; lesiones cardiovasculares, pulmonares, digestivas, hasta complicaciones a personas con diabetes, osteoporosis, y afecciones durante el embarazo, etc.
- Lo más importante de la higiene bucal es eliminar gérmenes, no solo restos de alimentos. Donde no cepille se formarán nidos de bacterias.
- Sólo 3 de cada 10 mexicanos utilizan un buen enjuague bucal como parte de su rutina diaria de higiene bucal.
- Sólo 4 de cada 10 mexicanos mantienen sus hábitos de limpieza bucal cuando están fuera de casa. Las causas son: falta de tiempo, falta de productos y dificultad para mantener sus hábitos de limpieza fuera de casa.

DR AGUSTÍN ZERÓN  
VICEPRESIDENTE DE LA ASOCIACIÓN DENTAL MEXICANA

PERIODONTOLOGÍA E IMPLANTOLOGÍA  
DAMAS 12-4  
(Esq. Río Mixcoac) San José Insurgentes  
México D.F. 03900  
Tel/Fax: 5598-5529, 5611-4953, 5615-0934  
Urgencias: 044-55-2128-7656