

Reportaje

Enfermedad de la encía o periodontal

Dra. Marisa Chávez Correa

Las enfermedades periodontales están consideradas entre las afecciones más comunes del género humano: la gingivitis afecta aproximadamente al 80 % de los niños en edad escolar y más del 70% de la población adulta ha padecido de gingivitis, periodontitis o ambas. Los resultados de investigaciones y estudios clínicos revelan que las lesiones producidas en las estructuras de soporte de los dientes son irreversibles y que, en la tercera edad, es causa de pérdida de gran parte de la dentadura natural, privando a muchas personas de sus dientes durante la vejez.

La enfermedad de la encía es una de las causas principales de pérdida dental y puede estar asociada con otras enfermedades crónicas, incluyendo la diabetes y la enfermedad cardiovascular. Las enfermedades periodontales se pueden prevenir con un diagnóstico y tratamiento oportuno.

Tipos de enfermedad de la encía

La gingivitis no tratada puede avanzar a periodontitis y, eventualmente, puede llevar a la pérdida dental y a otros problemas de salud.

Gingivitis. La gingivitis es la forma leve de la enfermedad periodontal. Ésta ocasiona que la encía esté enrojecida, inflamada y sangre fácilmente. La gingivitis es frecuentemente causada por la inadecuada higiene oral y es reversible con tratamiento profesional y la buena higiene oral individual. Los factores que pueden contribuir a la gingivitis incluyen: diabetes, fumar, envejecimiento, predisposición genética, condiciones y enfermedades sistémicas, estrés, nutrición inadecuada, pubertad, fluctuaciones hormonales, embarazo, abuso de sustancias, infección por VIH y el uso de algunos medicamentos.

Periodontitis. La gingivitis no tratada puede avanzar a periodontitis. Con el tiempo, la placa bacteriana puede avanzar y crecer por debajo de la encía. Las toxinas producidas por las bacterias de placa bacteriana irritan las encías. Las toxinas estimulan una respuesta inflamatoria crónica en la cual la respuesta del organismo produce la destrucción de los tejidos y del hueso de soporte de los dientes. Las encías se separan de los dientes, formando bolsas (espacios entre diente y encía) que pueden infectarse. La enfermedad progresa, las bolsas se profundizan y se destruye más encía y hueso. Con frecuencia este proceso destructivo tiene síntomas moderados. Eventualmente, los dientes pueden aflojarse, por lo que tienen que ser removidos. **Formas de periodontitis.** Las más comunes son: la periodontitis agresiva, la periodontitis crónica, periodontitis como manifestación de enfermedades sistémicas, enfermedades periodontales necrosantes.

Factores de riesgo de la enfermedad de la encía

Edad: las personas mayores tienen más altos índices de enfermedad periodontal, el 70 % de las personas mayores de 65 años tienen periodontitis.

Fumar: es uno de los factores de riesgo más significativo en el desarrollo y progreso de la enfermedad periodontal.

Genética: algunas personas están genéticamente más predispuestas a desarrollar la enfermedad periodontal. Puede identificarse a estas personas por medio de un análisis genético y aun antes de que presenten signos de la enfermedad puede ayudárseles para que no pierdan sus dientes eventualmente.

Estrés: el estrés está relacionado con muchas situaciones serias tales como hipertensión, cáncer, y otros problemas de salud. Es un factor de riesgo para la enfermedad y puede hacer más difícil al organismo que luche contra la infección, incluyendo las enfermedades periodontales.

Medicamentos: algunas drogas como los anticonceptivos, antidepresivos y ciertos medicamentos para enfermedades cardiacas pueden afectar su salud oral, por lo que es necesario informar a su dentista los medicamentos que toma.

Rechinar los dientes (bruxismo): el apretar o rechinar los dientes puede ejercer demasiada fuerza y acelerar el proceso de destrucción de los tejidos periodontales.

Otras enfermedades sistémicas: otras enfermedades sistémicas pueden interferir con el sistema inflamatorio del organismo y empeorar la condición de las encías. Éstas, pueden ser las enfermedades cardiovasculares, la diabetes y la artritis reumatoide.

Malnutrición y obesidad: una dieta pobre en nutrientes puede comprometer el sistema inmune del organismo y volverle más difícil la lucha contra las infecciones, ya que la enfermedad periodontal empieza como una infección, por lo que una nutrición pobre puede empeorar la condición de las encías. La obesidad puede incrementar el riesgo a desarrollar enfermedad periodontal.

Síntomas de la enfermedad de la encía

La enfermedad de la encía con frecuencia es silenciosa, los síntomas significativos no aparecen sino hasta estadios avanzados de la enfermedad. Sin embargo, hay signos de alerta y son los siguientes:

- Encías enrojecidas, inflamadas o sensibles, otras sensaciones dolorosas en la boca.
- Sangrado al cepillado, al usar el hilo dental o al comer alimentos duros.
- Encías que se recorren del nivel que deberían tener en relación al diente, ocasionando que los dientes se vean más largos.
- Dientes flojos y que se estén separando.
- Pus entre la encía y el diente.
- Lesiones como aftas en la boca.
- Persistente mal olor.
- Cambios en el acomodo de los dientes al morder.
- Cambios en el ajuste de prótesis dentales.

Millones de personas no saben que esta infección puede llevar a la pérdida de los dientes si no es tratada.

Prevención de la enfermedad periodontal

La placa dentobacteriana ocasiona que la encía se inflame, por lo que adquirir hábitos de una buena higiene diaria puede ayudar a prevenir la enfermedad.

- Cepillar los dientes después de cada comida ayuda a remover los restos de alimentos y la placa que queda atrapada entre los dientes y la encía. Es importante incluir la limpieza de la lengua, ya que es un sitio de retención de bacterias.
- Usar el hilo dental por lo menos una vez al día ayuda a remover las partículas de alimento y placa que quedan entre los dientes y alrededor de la línea de la encía en las que el cepillo no tiene acceso.
- Usar un enjuague puede reducir la placa bacteriana y remover las partículas de alimento que el cepillo y el hilo dejaron.

- Factores de riesgo: la edad, el consumo de tabaco, la dieta y la genética pueden incrementar el riesgo a la enfermedad, por lo que conocerlos puede ayudar a modificar hábitos para la prevención.
- Evaluación periodontal exhaustiva: es la clave para diagnosticar y tratar de manera oportuna.

Enfermedad de la encía y otras enfermedades

La enfermedad periodontal está asociada con muchas otras enfermedades. Por mucho tiempo se pensó que las bacterias eran el factor que la relacionaba con otras enfermedades en el organismo; sin embargo, investigaciones más recientes han demostrado que la inflamación puede ser responsable de esta asociación. Por ello, tratar la inflamación no sólo puede controlar la enfermedad periodontal, sino que puede también ayudar al control de otras condiciones inflamatorias crónicas.

Las personas con **diabetes** son más propensas a tener enfermedad periodontal que las personas que no tienen diabetes, probablemente porque son más susceptibles a contraer infecciones. De hecho, la enfermedad periodontal es frecuentemente considerada una complicación de la diabetes. Las personas que no tienen control de su diabetes, están especialmente en riesgo. Se ha sugerido que la relación entre la diabetes y la enfermedad periodontal va en dos vías: la enfermedad periodontal puede hacer más difícil que la persona con diabetes controle sus niveles de glucosa. La enfermedad periodontal severa puede incrementar el nivel de glucosa, contribuyendo a incrementar los periodos de tiempo en los que el organismo funciona con altos niveles de glucosa y en consecuencia aumenta el riesgo de tener complicaciones causadas por la diabetes.

Muchos estudios han mostrado que la enfermedad periodontal está asociada con la **enfermedad cardiovascular**. Mientras que la relación causa-efecto no ha sido probada, las investigaciones indican que la enfermedad periodontal incrementa el riesgo de enfermedad cardíaca. Los pacientes en riesgo de endocarditis bacteriana pueden requerir de antibióticos antes de realizar los procedimientos dentales. La enfermedad periodontal puede exacerbar las condiciones cardíacas existentes.