

# La enfermedad de las encías: lo que usted necesita saber

## Qué es la enfermedad periodontal?

Es una enfermedad que afecta las encías y las estructuras de soporte de los dientes. La etapa más temprana de la enfermedad periodontal es la **gingivitis** y se caracteriza por el enrojecimiento de las encías, que se inflaman y sangran fácilmente. Existen muy pocas molestias en esta etapa, pero en tal caso el peligro está latente. Si no se trata en este estado, la enfermedad periodontal puede progresar hacia periodontitis donde hay daños irreversibles en las encías.

En la **periodontitis**, la etapa más avanzada de la enfermedad periodontal, el hueso y los tejidos que circundan los dientes se destruyen. Se forman bolsas en las encías y éstas se llenan de infección. A medida que la enfermedad avanza, los dientes se vuelven móviles o "suelos" y eventualmente, pueden caerse o tienen que ser extraídos.

## Cuáles son los signos de la enfermedad de las encías?

Existen muchos signos de enfermedad periodontal. Es importante visitar a su odontólogo si nota alguno de los siguientes síntomas:

- Las encías sangran al cepillarse los dientes
- Encías rojas, inflamadas o dolorosas
- Encías flojas y sueltas
- Mal aliento persistente
- Pus entre los dientes y las encías
- Dientes sueltos o que se estén separando
- Cambios en su mordida
- Cambios en la adaptación de las dentaduras parciales

Sin embargo es posible tener enfermedad periodontal sin notar ninguno de estos signos. La mayoría de la gente no siente dolor alguno debido a la enfermedad y por eso frecuentemente pasa inadvertida. Por esta razón es importante pedir citas con su dentista y solicitar una evaluación periodontal.

## Qué causa la enfermedad de las encías?

La principal causa de la enfermedad de las encías es la "**placa bacteriana**", que es una capa pegajosa e incolora que constantemente se forma y adhiere alrededor de los dientes. La limpieza diaria es esencial para remover la placa y mantener una boca saludable.

Si no se remueve la placa, se endurece y se convierte en un depósito rugoso llamado cálculo, sarro o tártaro.

Las toxinas (venenos) producidas por las bacterias en la placa irritan las encías. Las toxinas destruyen tejidos de soporte alrededor de los dientes. Las encías se aflojan y se separan de los dientes, formando **bolsas** que se llenan con más placa bacteriana.

A medida que la enfermedad progresa, las bolsas se vuelven más profundas.

La placa se desplaza hacia las raíces de los dientes.

El hueso que sostiene al diente puede sufrir daños permanentes. A menos que se traten oportunamente, los dientes afectados pueden aflojarse y hasta caerse.

## Qué otros factores pueden contribuir a la enfermedad de las encías?

Su estilo de vida, dieta y hábitos como fumar afectan a su salud oral. Una dieta de bajo contenido nutritivo puede disminuir los esfuerzos normales de su cuerpo para combatir una infección.

La tensión también puede afectar su capacidad para defenderse de la enfermedad. Los que fuman tabaco con regularidad presentan más irritación de encías que los no fumadores. El estado de la salud es otro factor importante. Enfermedades que interfieren con el sistema inmuno-protector del cuerpo pueden empeorar la condición de las encías. Los cambios hormonales durante el embarazo aumentan el riesgo sanguíneo a ciertos tejidos del cuerpo incluyendo las encías. Asegúrese de mantener a su dentista informado acerca de cualquier cambio en su historia médica.

## Cómo se puede prevenir la enfermedad de las encías?

Para mantener sus dientes durante toda la vida, es necesario remover la placa bacteriana de los dientes mediante un **cepillado** frecuente y cuidadoso y con la ayuda de la seda dental. Las visitas regulares al dentista son importantes. La limpieza diaria mantendrá la formación de cálculos reducida a su mínimo, pero no la puede prevenir completamente. Una limpieza profesional efectuada por el dentista removerá los cálculos endurecidos que se hayan formado en sitios donde el cepillo no haya prevenido su formación. Su odontólogo puede diseñarle un programa personalizado de higiene oral diaria que se adapte a sus necesidades. Este programa incluirá técnicas de cepillado adecuadas para remover completamente la placa bacteriana. Una visita al dentista puede servirle para seleccionar mejor los productos dentales de higiene oral.

## Cuál es el tratamiento?

En las etapas iniciales de la enfermedad, el tratamiento usualmente consiste en raspaje y curetaje y alisado radicular. Esto implica limpiar perfectamente la placa y cálculos de las bolsas alrededor de los dientes, puliendo y alisando las raíces. Normalmente el tratamiento permite que la encía se adhiera de nuevo al diente o se contraiga lo suficiente para eliminar la bolsa. Los casos más avanzados pueden requerir tratamientos quirúrgicos. Los objetivos principales de estos procedimientos son los de remover cálculos de bolsas profundas alrededor de los dientes, disminuir las bolsas, alisar y pulir las superficies radiculares y darle una forma adecuada a la encía para facilitar la limpieza. En casos más avanzados donde hay dientes flojos, el dentista puede verse obligado a tratar su mordida (la forma en que "encajan" unos dientes con otros. Los tratamientos adicionales pueden incluir ajustes de mordida, ortodoncia o la colocación de prótesis. Con el tratamiento oportuno, medidas de higiene oral correctas y visitas regulares al odontólogo, la gran mayoría de los pacientes periodontales pueden mantener sus dientes para toda la vida.

## Recuerde

La enfermedad periodontal es junto con la caries la enfermedad responsable de la mayor parte de pérdidas de dientes en los adultos. Si se descubre a tiempo, su tratamiento es efectivo