

Caries y enfermedad periodontal

En todas las ocasiones que se presenten, bien un dentista la obligación de inculcar el hábito higiénico dental, sea cual sea el auditorio que tenga ante sí. Como Usted, que va siguiendo estas humildes comunicaciones de un servidor, y que supongo que tendrá muy claro que lo más importante para mantener una buena salud bucodental es nuestro amigo, el cepillo de dientes, y los otros amigos auxiliares, el hilo dental, el colutorio o enjuague bucal, la pasta fluorada y otros artilugios interesantes, como el irrigador dental y los cepillos eléctricos. Creo que esto ya es cosa sabida, pero no se preocupe, que ya me encargaré de repetirlo las veces que sea necesario, que, al ser obligación mía, no puedo ni debo cansarme.

Pero no todo acaba en la higiene diaria a domicilio, aunque sea esta la base de la salud, ya que hay otros factores que influyen en que se produzcan o no desarreglos en el correcto funcionamiento de nuestro aparato estomatognático (boca y aledaños, para entendernos). Con la boca pasa como con el pelo, o la estatura. Hay personas que nacen muy altas y rubias, otras, más chaparritas y morenillas. Esto es una evidencia que los legendarios Watson y Crick nos ayudaron darle explicación científica cuando descubrieron la famosa estructura fibrilar enrollada sobre sí misma que llamamos ADN (ácido desoxirribonucleico). El ADN está formado por moléculas muy particulares que forman los genes, los cuales llevan toda la información capaz de transmitirse a los procesos celulares que forman las proteínas (los «ladrillos» de la vida). Así, el funcionamiento de nuestro organismo se encuentra codificado en los genes, así como la apariencia de nuestro cuerpo, el color del pelo, la estatura, y la predisposición o no a determinadas patologías. Las dos enfermedades más importantes de la boca se deben en gran medida a esta predisposición. Estas dos grandes enfermedades son extraordinariamente frecuentes: la caries y la enfermedad periodontal. Estos son los dos grandes caballos de la Apocalipsis dental con los que un dentista debe luchar a diario. Afortunadamente, tenemos hoy grandes medios para hacerlo. Sabemos muchas cosas que mi abuelo con su torno odontológico a pedal, el pobre, desconocía. Hoy, la caries y la piorrea tienen tratamiento eficaz, y no hay más que ponerse manos a la obra. Hoy no está de moda, ni es racional ser fatalista, por lo que aunque la genética nos juegue malas pasadas, conocemos medios para burlar lo que antaño era ineludible.

Uno de los mayores enemigos de la salud es el desconocimiento. Así, el que no sabe que ce-



■
David Esteve Colomina
Médico
Odontólogo
■

pillándose los dientes todos los días, a parte de tener mejor aliento, está invirtiendo en salud para el futuro, está perdiendo una oportunidad de oro para evitarse problemas a medio plazo. La base del éxito en el tratamiento de la caries dental es la detección precoz. Cuando, en una visita de revisión rutinaria, el odontólogo detecta la caries que no duele, sabemos que con una obturación (empaste) sencilla, la cosa no va a más. Además, hoy en día ya no ponemos empastes de amalgama de plata, con lo cual la estética no se compromete y nos aseguramos de que la caries no va a progresar, cortando de raíz el problema. Cuando la caries ha progresado más allá de lo deseable, apareciendo el dolor, la cosa se complica, aunque todavía podemos salvar la muela. Cuando un diente duele, es, generalmente, porque la caries ha llegado a la pulpa dentaria («al nervio»), y es necesario hacer una endodoncia o tratamiento de conductos, para después realizar una corona o funda que proteja el trabajo ya terminado. De todo esto se colige que la prevención de la caries está en la higiene diaria y el éxito del tratamiento es más frecuente cuando ésta es detectada precozmente por un profesional. Por ello, lo conveniente y necesario es acudir a revisión al dentista como mínimo una vez al año **AUNQUE NO DUELA NADA NI MOLESTE NADA NI NO TE UNO NADA**, porque la caries es uno de los «enemigos silenciosos» de nuestra salud, que cuando avisa, es traidora, y hay que pillarla «in fraganti» antes de que nos de el susto.

El otro mal que nos acecha es la enfermedad periodontal. Se trata de la famosa y clásica «piorrea». La enfermedad periodontal afecta a muchas personas, incluso algunos la han considerado como la evolución normal en el proceso de «madurez». De hecho, es mucho más frecuente conforme avanza la edad. La enfermedad periodontal comienza con un simple sangrado de encías, sin más. Este proceso hemorrágico puede durar años, hasta que un día, comienza a afectarse el hueso que rodea a las ra-

ices del diente. Este hueso comienza a deshacerse y, tras otro periodo largo de tiempo, la pérdida ósea termina por «desenraizar» a los dientes, que quedan sin soporte y terminan moviéndose y cayéndose. Este proceso va acompañado de retracción gingival severa, infecciones y abscesos de repetición, halitosis (mal aliento) y movilidad de los dientes. Antiguamente, se ponían muchísimas dentaduras postizas ya que debido a la poquísima prevención, se perdían los dientes muy a menudo. Los mismos dentistas, desconocedores de la verdadera entidad de esta patología, creían que no había ninguna cura y extraían las piezas dentarias cuando empezaban a fallar. Hoy la cosa ha cambiado: sabemos que la enfermedad periodontal es progresiva, empieza en la misma juventud, pero podemos parar su proceso morboso si actuamos con prontitud. Una vez más, la cosa empieza por la higiene, ya que se ha comprobado que los causantes de la piorrea son las bacterias que anidan en los intersticios de nuestras encías. En la mayoría de los casos, con un buen mantenimiento higiénico a domicilio y una limpieza o detartraje cada 6 ó 12 meses, la enfermedad periodontal detiene su curso y tenemos boca sana para muchos años. En otros casos, más graves, es necesario recurrir a tratamientos más complejos y a mantenimientos mucho más constantes, pero afortunadamente, el pronóstico de la enfermedad periodontal en un paciente bien informado y motivado ha cambiado radicalmente. Si se ataja a tiempo, sabemos que los pacientes cuya boca habría sido desahuciada hace unos años, pueden y deben disfrutar de una adecuada calidad de vida y de unos dientes sanos y relucientes. Hay un secreto que todo el mundo debería conocer: el signo que debe alertarnos a cerca de la posible existencia de una enfermedad periodontal es el sangrado de las encías. Unas encías sanas no deben sangrar. Este sencillo conocimiento debería ser «vox pópuli», y todo aquel al que le sangren las encías debería ir a ver a un odontólogo. El sangrado de encías es generalmente indoloro, lo cual empeora la cosa, ya que la mayoría de la gente no le da importancia y termina por acostumbrarse a ello. Craso error, porque justo cuando sangran las encías, al principio de la enfermedad, es cuando más fácil es controlar el proceso y parar la evolución de la piorrea.

Como en las cosas importantes de la vida, todo empieza por el conocimiento, continúa con la motivación, y persiste con la constancia. Es ley de vida. Es cuestión de querer para poder, por eso queremos y podemos ganar la batalla a la caries y a la enfermedad periodontal. ■

