

Inicialmente es silenciosa, prácticamente invisible y algunas veces hasta sin dolor; pero, una vez ataca la enfermedad periodontal, es solamente un asunto de tiempo hasta que hace notar su presencia con sus incómodos, antiestéticos y posiblemente irreparables efectos secundarios.

La enfermedad periodontal, también conocida como enfermedad de las encías, es la causa principal de pérdida de dientes en los adultos. Hay varios tipos y etapas de la enfermedad, todas las cuales comienzan con una infección de la encía que puede moverse a los huesos y ligamentos que soportan el diente. En las primeras etapas, es a menudo detectada por un dentista o un higienista dental durante un examen regular. Si no se provee tratamiento, las encías y el hueso pueden dañarse tan seriamente que el diente se puede caer o habrá que extraerlo.

Más de la mitad de los adultos, y tres cuartas partes de los adultos sobre 35 años de edad, tienen alguna forma de enfermedad periodontal. Sin embargo, niños pequeños pueden exhibir las señales. Si planificas que tus dientes duren toda la vida, es importante entender las causas, síntomas y los mejores métodos para el tratamiento y la prevención de la enfermedad periodontal.

## ¿Qué causa la enfermedad periodontal?

La causa principal de la enfermedad periodontal es la interacción entre las bacterias que se encuentran en la placa dental—la capa pegajosa, virtualmente invisible que se acumula en los dientes diariamente—y la respuesta del cuerpo a dichas bacterias. Estas bacterias crean toxinas que irritan e inflaman las encías. Este proceso inflamatorio destruye los tejidos de la encía y causa que se separen del diente. Si no se trata, la enfermedad avanza hasta dañar el hueso subyacente.

Cuando no se remueve la placa del diente periódicamente, forma una sustancia sólida, porosa llamada cálculo o sarro. Si se forma cálculo o sarro en las raíces del diente bajo la línea de la encía, éste irrita aún más las encías y contribuye a más acumulación de placa y más enfermedad. Solamente un higienista dental puede remover la placa y el sarro de sus dientes.

Una vez las bacterias en la placa han creado inflamación y ocurre daño al tejido de la encía, un sinnúmero de otros factores pueden contribuir a la severidad de la enfermedad periodontal y a la velocidad en la que avanza. Entre ellos están:

- Fumar o mascar tabaco
- Pobre higiene oral
- Puentes mal ajustados
- Dientes mal alineados
- Restauraciones defectuosas
- Comida incrustada entre los dientes

- Apretar y bruñir los dientes
- Una dieta pobre
- Embarazo o anticonceptivos orales
- Enfermedades sistémicas como diabetes o SIDA
- Algunas medicinas

## ¿Cuáles son las etapas de la enfermedad periodontal?

- Las encías saludables son firmes, rosadas y no sangran. En la etapa más temprana de la enfermedad periodontal, llamada gingivitis, las encías comienzan a ponerse rojas y esponjadas y pueden sangrar durante el cepillado o la limpieza de los dientes con hilo dental. La placa y el sarro se pueden acumular en la línea de la encía, pero el hueso que aguanta el diente todavía está saludable y al remover los irritantes se restaurará la salud del tejido.
- La próxima etapa de la enfermedad periodontal se llama periodontitis. Durante esta etapa, las encías se comienzan a separar del diente, se daña el hueso subyacente, se forman bolsillos y algunas veces las encías retroceden. La placa llena de bacterias se esparce en los bolsillos, haciendo más difícil mantener limpias las superficies de los dientes y controlar el proceso de la enfermedad.
- En las etapas avanzadas de la enfermedad, los bolsillos continúan haciéndose más profundos y hay más destrucción del hueso subyacente. Además, las bacterias que vive en esos bolsillos profundos son más virulentas y contribuyen aún más al avance de la enfermedad. Si no se trata, los dientes eventualmente se aflojarán y se caerán.

## ¿Cuáles son los síntomas de la enfermedad periodontal?

Aunque los primeros síntomas de la enfermedad periodontal solamente pueden ser detectados por un dentista, hay otros indicadores que empiezan a aparecer según la enfermedad avanza. Síntomas como:

- Encías rojas, hinchadas o sensibles
- Encías que sangran cuando se cepillan o limpian con hilo dental.
- Dientes que se han movido o aflojado
- Pus entre los dientes y las encías
- Mal aliento persistente
- Dientes que parecen más largos porque las encías han retraído.
- Encías que se han separado del diente
- Cambios en la manera en que los dientes encajan en la mordida.
- Cambios en la manera en que se ajustan las dentaduras parciales.

Si usted tiene cualquiera de estos síntomas, usted puede tener alguna forma de enfermedad periodontal y debe consultar a su dentista. El o ella medirá la profundidad de los bolsillos entre sus dientes y las

enciás y tomará radiografías para ver si ha ocurrido daño al hueso de soporte. Si, luego de esta evaluación, el dentista determina que usted tiene enfermedad periodontal, hay un sinnúmero de tratamientos que él o ella sugerirá dependiendo de la severidad de su situación.

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

Si la enfermedad periodontal es diagnosticada en la etapa temprana de gingivitis, puede ser tratada con una limpieza profesional completa. Si la enfermedad ha avanzado más allá de la gingivitis a periodontitis, el tratamiento puede envolver un proceso llamado "limpieza profunda" o "alisado radicular" que implica la limpieza y alisado de las superficies de la raíz del diente para remover el sarro y los depósitos de bacteria bajo la línea de la encía para que las encías puedan sanar alrededor de las mismas. Este procedimiento requiere varias citas, dependiendo de la magnitud de su enfermedad periodontal.

En casos de periodontitis avanzada, cuando bolsillos profundos se han formado entre los dientes y las encías, se podría requerir cirugía para permitir al dentista limpiar completamente las raíces del diente y eliminar los bolsillos. Cuando no hay suficiente encía existente, se podría hacer un injerto de encía. En algunos casos de enfermedad periodontal, cuando la encía y el hueso han sido parcialmente destruidos, ciertas técnicas quirúrgicas pueden ayudar a la regeneración de estos tejidos.

También existen nuevos avances en medicamentos para el tratamiento de la enfermedad periodontal. Propinar localmente medicinas antibacterianas o antibióticos, así como medicamentos para controlar la respuesta del cuerpo a las bacterias que producen enfermedad, puede ayudar a retrasar el avance de la enfermedad.

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

La mejor manera de evitar la enfermedad periodontal es practicando una buena higiene oral. Cepillar los dientes y utilizar hilo dental diariamente, comer una dieta balanceada y programar exámenes periódicos con su dentista son esenciales para mantener la enfermedad periodontal controlada. Al hacer esto, aumentará la posibilidad de mantener sus dientes para toda la vida.