

Gingivitis

En la oficina de farmacia recibimos numerosas consultas relacionadas con la higiene bucodental. El farmacéutico es una pieza clave en la formación e información en este ámbito, también ante casos de gingivitis.

LEIRE AZCONA BARBED

Farmacéutica comunitaria de Bizkaia. Máster en Cosmética y Dermofarmacia.

La gingivitis es el primer estadio de la enfermedad periodontal, que involucra inflamación y, en procesos más graves, infección, y puede acabar destruyendo los tejidos de soporte de los dientes, incluyendo las encías, los ligamentos periodontales y los alvéolos dentales (hueso alveolar). Por tanto, podemos afirmar que la gingivitis no sólo afecta a la encía, sino también a la estructura de soporte de los dientes, según los casos.

La gingivitis comienza su desarrollo por el sangrado en las encías, generalmente tras el cepillado; las encías aparecen con una coloración rojiza brillante y son sensibles al tacto; además se producen ulceraciones bucales con facilidad.

Muchas personas experimentan la gingivitis en grados variables. Ésta se desarrolla generalmente durante la pubertad o durante las primeras etapas de la edad adulta, debido a los cambios hormonales, y puede persistir o reaparecer con frecuencia, dependiendo de la salud de los dientes y las encías de la persona en cuestión y del cuidado bucodental que realice.

Etiología

Generalmente la gingivitis se produce por una higiene bucodental deficiente o inadecuada; aunque también existen otros factores, como el embarazo, un sistema inmunitario deprimido, diabetes no controlada o una dentadura mal alineada que irrita las encías. Hay ciertos medicamentos, como la fenitoína, los anticonceptivos y los metales pesados –plomo y el bismu-

to–, que están asociados con el desarrollo de la gingivitis. El estrés es otra de las razones que puede favorecer la aparición de la gingivitis, ya que las personas nerviosas al dormir generan una fuerte presión en la dentadura, debilitando las encías y dañándolas, creando una reacción descarnativa, ulcerativa y necrotizante.

La gingivitis se debe a los efectos a largo plazo de los depósitos de placa, un material adherente compuesto de bacterias, moco y residuos de alimentos que se desarrolla en las áreas expuestas del diente. Esta placa es la principal causa de la caries dental y, si no se limpia adecuadamente, se convierte en un depósito duro denominado sarro que queda atrapado en la base del diente. La placa junto con el sarro irrita e inflama las encías. Las bacterias y las toxinas hacen que las encías se inflamen, se sensibilicen e incluso lleguen a infectarse. Si la gingivitis no es tratada, puede progresar hacia una periodontitis. A medida que avanza la gingivitis, la inflamación se extiende y la placa penetra más y más hasta que el hueso que sostiene el diente se destruye. En este caso se denomina periodontitis. En su grado más severo el diente se caerá o necesitará ser extraído. La gingivitis es reversible si es tratada profesionalmente y con un buen cuidado oral en casa.

Datos del paciente

En este apartado describiremos las preguntas clave que el farmacéutico puede realizar para aconsejar adecuadamente.

¿Hay inflamación, sangrado, sensibilidad y/o acumulación de sarro?

En este caso –gingivitis leve o moderada– aconsejaremos productos específicos para la gingivitis y recomendaremos una revisión al odontólogo.

¿Hay movimiento de piezas dentales?

Éste es un caso de gingivitis severa o periodontitis, que requiere una cita urgente con el odontólogo.

¿Ha dejado de fumar en los últimos 3 meses?

Es normal que las personas que han dejado de fumar presenten gingivitis, ya que el tabaco enmascara los problemas bucodentales, de manera que unos meses después de la deshabituación tabáquica no es raro que se desarrolle gingivitis.

¿Está embarazada?

La gingivitis grave o periodontitis puede aumentar las posibilidades de desarrollar preeclampsia en mujeres embarazadas, según ha señalado un estudio de la University of North Carolina, en Chapel Hill (Estados Unidos). Las mujeres con periodontitis tienen el doble de probabilidades que las sanas de sufrir



esta dolencia. Los investigadores han sugerido que es posible una migración del microorganismo bacteriano causante de la infección oral a los vasos sanguíneos de la placenta o del útero, con la generación del daño consiguiente.

¿Está tomando algún medicamento?

Como ya hemos descrito anteriormente, hay ciertos fármacos que potencian la aparición de gingivitis, como fenitoína, anticonceptivos y metales pesados; por ejemplo, el plomo y el bismuto.

¿Lleva aparato de ortodoncia?

Está demostrado que con los aparatos de ortodoncia las encías se irritan e incluso llegan a inflamarse. Por esta razón es muy importante que los productos dentífricos que utilicen las personas con ortodoncia estén indicados específicamente para mejorar el estado de la encía sin

dañar el esmalte, ya que algunos activos pueden colorear la pieza dental.

¿Se ha realizado algún tratamiento de blanqueamiento dental?

Es normal que después de un tratamiento de blanqueamiento dental profesional las encías queden más sensibles y puedan llegar a irritarse. Esto es debido a que el peróxido de hidrógeno a altas concentraciones en contacto con la membrana mucosa puede producir irritación e incluso llagas. Por esta razón es muy importante que después de un blanqueamiento dental profesional, desde la farmacia recomendemos productos específicos para fortalecer la encía.

Productos adecuados y tratamiento

El objetivo del tratamiento con productos específicos para la gingivitis es reducir la inflamación y mejorar el estado de

la encía. La gingivitis es reversible siempre y cuando se elimine la placa bacteriana que se encuentre alrededor de los dientes. Por tanto, es fundamental que el odontólogo o el higienista bucodental hagan una limpieza completa de la cavidad bucal, de manera que desde el inicio se logre la eliminación o reducción sustancial de las bacterias bucales y los depósitos de placa calcificados entre los dientes. La eliminación de placa de las encías inflamadas puede resultar molesta.

Es necesaria una higiene bucal adecuada después de una limpieza dental profesional para que se mejoren los resultados, reduciendo el sangrado y la sensibilidad gingival en una o dos semanas. Para disminuir la placa y ayudar al tratamiento de la gingivitis se recomienda el uso de dentífricos y enjuagues bucales específicos para el cuidado de las encías, que contribuirán notablemente al alivio de las molestias.

Los productos indicados para mejorar la gingivitis tienen que estar formulados con activos que combatan los tres problemas principales que se asocian a la

periodontitis inicial: placa, sangrado e inflamación.

Activos antiplaca

En este grupo se encuadran las siguientes sustancias:

- **Clorhexidina.** Se usa a concentraciones de 0,12%, 0,2%, y al 0,05% es bacteriostático y bactericida. Actúa sobre el *Streptococcus mutans*, causante de la caries, y sobre la *Candida albicans*, causante de las micosis orales. Presenta una elevada sustantividad, esto es, el tiempo de actuación es de unas 7-12 horas. No se han descrito resistencias, ni alteraciones del equilibrio bacteriano oral por el uso de clorhexidina. A concentraciones superiores al 0,12% provoca tinciones en los dientes que son reversibles al suspender el tratamiento. Estas coloraciones se acentúan si el paciente bebe vino tinto, café, té y si se es fumador. En la actualidad los productos específicos para el cuidado gingival están formulados con concentraciones de clorhexidina al 0,05%, unida a otras sustancias antiplaca, como son el cloruro de cetilpiridinio o el triclosán que, al potenciar su acción, permiten reducir los efectos secundarios de la clorhexidina.
- **Triclosán.** Es un derivado fenólico que tiene una acción antibacteriana de elevada sustantividad, ya que permanece durante 14 horas. Está muy indicado en pacientes con enfermedad periodontal, debido a su acción antiplaca y antiflogística. Es un activo que puede utilizarse diariamente, ya que no produce tinciones en las piezas dentales aunque su acción antiplaca es algo menor que la de la clorhexidina. Es muy eficaz la unión del triclosán con copolímeros de metoxietileno y ácido maleico o con compuestos de cinc, sulfato o citrato de cinc.
- **Hexetidina.** La hexetidina es un activo antiséptico catiónico muy usado, con acción antiplaca que aumenta su efectividad si se une a sales de cinc.
- **Sales de cinc.** Son el citrato, el sulfato, el cloruro y el lactato de cinc. Las sales de cinc tienen un efecto anticálcico que minimiza la calcificación de la

masa bacteriana evitando la formación de placa. Su acción se potencia si se unen al triclosán o la hexetidina.

- **Fluoruro de sodio.** Actúa remineralizando las piezas dentales, mejorando así la resistencia del esmalte frente a la acción bacteriana y evitando la formación de caries. Las sales de flúor transforman la hidroxiapatita en fluorapatita. Esta transformación se consigue mientras las piezas dentarias están en fase formativa de calcificación. Además el flúor es una sustancia que no sólo reduce la sensibilidad dentinaria, sino que también presenta una acción contra la placa bacteriana. Por tanto, se hace imprescindible que en todos los productos destinados al cuidado bucodental estén presentes las sales de flúor.
- **Xilitol.** Es un activo que protege el esmalte dental reduciendo la adhesividad de la placa a la pieza dental.
- **Cloruro de cetilpiridinio.** En los últimos años los laboratorios están eliminando este compuesto de amonio cuaternario de sus formulaciones, a pesar de su acción antiplaca.
- **Vitamina E.** Por su capacidad antirradicales libres protege las encías de la acción bacteriana evitando la formación de placa.

Activos antisangrado gingival

En este grupo figuran:

- **Sulfato de cinc.** Es un buen astringente que atenúa el proceso congestivo y mejora el estado de las encías.
- **Salvia.** Es una planta antihemorrágica y antibacteriana que no sólo reduce el sangrado gingival sino que también evita la formación de placa bacteriana.

Activos antiinflamación

La inflamación de las encías es uno de los signos más característicos de la gingivitis. Para combatirla disponemos de los siguientes activos:

- **Enoxolona.** De excelente eficacia en procesos congestivos, mejora el estado de las encías inflamadas y enrojecidas. Las concentraciones a las que se formula oscilan entre el 0,2% y el 1%.

- **Alantoína y dexpanthenol.** Son activos muy utilizados para mejorar el estado de las encías por su acción descongestiva.
- **Extractos de plantas.** Entre los más empleados están los de camomila, áloe vera y equinácea. □

Consejos desde la farmacia

- Las encías sanas son rosadas y de aspecto firme. La buena higiene oral es la mejor prevención contra la gingivitis porque elimina la placa que ocasiona este trastorno. Los dientes se deben cepillar por lo menos dos veces al día y se deben limpiar suavemente con seda dental como mínimo una vez al día. Las personas propensas a la gingivitis deben cepillarse los dientes y limpiarlos con seda dental después de cada comida y antes de acostarse. Desde la farmacia podemos aconsejar la técnica adecuada para el cepillado y uso de la seda dental.
- En el caso de las personas que padecen gingivitis de forma crónica, es importante que empleen cepillos con cerdas blandas y siempre utilicen dentífricos específicos, ya que son mucho menos invasivos y no causan sangrado.
- El odontólogo puede recomendar instrumentos o herramientas especiales de higiene oral para que las utilicen las personas particularmente propensas al desarrollo de depósitos de placa. Su uso complementa, pero no sustituye el cepillado minucioso y el uso de la seda dental. Los aparatos y herramientas pueden abarcar mondadientes y cepillos dentales especiales, aparatos de irrigación con agua u otros dispositivos. Es importante que desde la farmacia complementemos la venta de estos productos con un buen consejo de utilización. Una limpieza profesional, cada tres o seis meses, realizada por un dentista o un experto en higiene dental eliminará la placa y el sarro en áreas de difícil acceso más susceptibles a la enfermedad periodontal.
- El tratamiento de la gingivitis severa y la periodontitis se basa en la recomposición de los tejidos dañados, devolviendo la integridad de los sectores afectados para aliviar las molestias que ocasionan. Es una tarea que concierne exclusivamente al odontólogo.