Enfermedad periodontal

La enfermedad periodontal (encías y dientes no saludables) suele representar graves riesgos para la salud. La inflamación leve de las encías (**gingivitis**) puede evitarse cepillando los dientes y usando hilo dental con regularidad para eliminar la **placa** (acumulación de una película sobre los dientes). Esto detiene el desarrollo de **tártaro** (acumulación endurecida de placa en la línea de la encía), que solo puede eliminarse mediante la limpieza dental. Una infección más grave, denominada **periodontitis**, puede causar no solo enfermedad de las encías, sino también pérdida de los dientes y de las estructuras óseas que los sostienen. La periodontitis puede asociarse con enfermedad cardíaca, ataque cerebrovascular e infecciones **sistémicas** (en todo el cuerpo). También existen pruebas de que los nacimientos prematuros ocurren con mayor frecuencia en mujeres que tienen enfermedad de las encías antes de sus embarazos o durante ellos. La edición del 6 de febrero de 2008 de *JAMA* incluye un artículo sobre una asociación entre la enfermedad periodontal y fumar marihuana.

Síntomas de enfermedad periodontal

CAUSAS

- Una mala higiene dental —no lavarse los dientes ni utilizar hilo dental con regularidad— permite la acumulación de placa y tártaro, lo cual hace que el tejido de la encía no esté saludable.
- Fumar disminuye el suministro de oxígeno al tejido de la encía y hace que sea más fácil para las bacterias invadir las encías.
- Algunos medicamentos pueden causar **hiperplasia gingival** (crecimiento excesivo del tejido de la encía) o encías retraídas.
- Infección causada por un virus o un hongo
- Una mala nutrición, en especial insuficiencia de vitaminas y minerales, puede causar enfermedad de las encías o pérdida de los dientes.
- Algunas afecciones médicas crónicas, incluida la diabetes, pueden producir un riesgo mayor de contraer infecciones o de una cicatrización deficiente en las encías, así como en otros tejidos corporales.

SIGNOS Y SÍNTOMAS

- Encías retraídas o hinchadas
- Dolor en las encías
- Sangrado al lavarse los dientes
- Pérdida de los dientes o dientes flojos en adultos
- Pus que drena de las encías
- Mal aliento persistente que no está relacionado con los alimentos

PREVENCIÓN Y TRATAMIENTO

- Lávese los dientes, al menos, dos veces al día.
- Use hilo dental a diario.
- Inicialmente, la periodontitis no produce síntomas; por lo tanto, es importante someterse a chequeos dentales con regularidad.
- Mantenga una buena nutrición, comiendo frutas, vegetales y granos enteros, y asegurándose de que su dieta incluya mucho calcio.
- No fume.
- Controle los problemas médicos crónicos, en especial la diabetes (mantener niveles de azúcar en sangre normales disminuye su riesgo de infección).
- En casos graves de periodontitis, pueden ofrecerse tratamientos dentales avanzados, que incluyen cirugía de la encía, injertos óseos o administración de antibióticos dentro del mismo tejido de la encía.

PARA OBTENER MÁS INFORMACIÓN

- American Dental Association (Asociación Dental Estadounidense) www.ada.org
- National Institute of Dental and Craniofacial Research (Instituto Nacional de Investigación Dental y Craneofacial) www.nidcr.nih.gov
- American Heart Association (Asociación Americana del Corazón) www.americanheart.org

INFÓRMESE

Para encontrar esta y otras Hojas para el Paciente de JAMA anteriores, vaya al enlace Patient Page (Hoja para el Paciente) del sitio web de *JAMA* en www.jama.com. Muchas están disponibles en inglés y español.

Fuentes: National Institute of Dental and Craniofacial Research, American Dental Association, American Heart Association

Janet M. Torpy, MD, Redactora
Alison E. Burke, MA, Ilustradora
Richard M. Glass, MD, Editor

La Hoja para el Paciente de JAMA es un servicio al público de *JAMA*. La información y las recomendaciones que aparecen en esta hoja son adecuadas en la mayoría de los casos, pero no reemplazan el diagnóstico médico. Para obtener información específica relacionada con su afección médica personal, *JAMA* le sugiere que consulte a su médico. Los médicos y otros profesionales de atención médica pueden fotocopiar esta hoja con fines no comerciales, para compartirla con pacientes. Para comprar reimpresiones en grandes cantidades, llame al 203/259-8724.

JAMA
COPIA PARA SUS PACIENTES