

Recomendaciones para la población general

Aspectos destacados del Consenso 2016 sobre los límites entre la caries dental y las enfermedades periodontales, organizado conjuntamente por la EFP y ORCA. Resumen del profesor **Nicola West**, sobre el informe de consenso dirigido por los profesores **Mariano Sanz, Søren Jepsen, Iain Chapple y Maurizio Tonetti**.



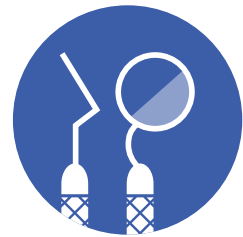
Enfermedades periodontales y caries: interacciones y similitudes entre las dos enfermedades orales más prevalentes.



Tanto las Enfermedades Periodontales como la Caries continúan siendo los mayores problemas de salud pública a nivel mundial.



La periodontitis avanzada es la principal causa de pérdida de dientes en la población adulta.



Tanto la caries como la periodontitis no tratadas pueden tener consecuencias graves y dar lugar a la pérdida dentaria.

 **Perio
& Caries**

Tanto las Enfermedades Periodontales como la Caries son enfermedades prevenibles.



El 10% de la población global presenta periodontitis avanzada. 743 millones de personas afectadas.



1 de cada 3 personas presentan caries.



La periodontitis avanzada es la sexta enfermedad a nivel mundial más prevalente.

Visite nuestra web:
perioandcaries.efp.org

Los dientes son **para toda la vida**

Las enfermedades periodontales y la caries dental son las enfermedades no transmisibles más prevalentes a nivel mundial siendo la causa principal de pérdida dentaria. Ambas enfermedades pueden dar lugar a problemas nutricionales, teniendo un impacto negativo sobre la autoestima y calidad de vida de nuestros pacientes.

El biofilm dental es el determinante biológico más importante, para el desarrollo y aparición de ambas enfermedades.

Comparten factores de riesgo y sociales comunes, importantes en la prevención y el control de ambas enfermedades.

La evidencia científica más reciente nos indica que enfoques preventivos similares, basados en la higiene oral rutinaria y el uso de pastas fluoradas, son efectivos para ambas enfermedades.

Debido tanto al crecimiento de la población mundial, como al mantenimiento de más dientes con la edad, existe un aumento del número de personas con caries y periodontitis, lo que supone, a su vez, un incremento exponencial del riesgo total de estas enfermedades a nivel global especialmente en la población adulta.

El riesgo de gingivitis y periodontitis habitualmente aumenta con la edad, y las caries a menudo se desarrollan durante la niñez y la adolescencia. Estas enfermedades están muy extendidas entre la población general, lo cual constituye un riesgo elevado para los dientes. Tanto los pacientes actuales como los futuros se enfrentan a una doble amenaza a lo largo de su vida, la enfermedad de las encías y la caries. Afortunadamente, existen medidas preventivas y terapéuticas eficaces para tratar estas patologías.

Independientemente de la edad y estado de salud, para prevenir estas enfermedades, es importante reducir la ingesta de azúcares, cepillarse los dientes dos veces al día con pasta dental fluorada y dejar de fumar.

No es normal tener sangrado de las encías, siendo importante visitar a su dentista regularmente.

Los dientes son para toda la vida. ¡Implicate!

Recomendaciones sobre las enfermedades periodontales y la caries

Enfermedades Periodontales

La **periodontitis** es una **enfermedad muy común** en la que las **encías** y las **estructuras de soporte** del diente están inflamadas.

Existen diferentes formas de enfermedades periodontales (enfermedad de las encías), pero las más comunes son la gingivitis y la periodontitis.

La gingivitis es un requisito previo para la periodontitis. No todos los casos de gingivitis progresarán a periodontitis, el manejo de la primera es una estrategia vital de prevención primaria para evitar el evento secundario (la periodontitis).

Si no se trata, la periodontitis causa la pérdida de dientes. En sus formas más avanzadas, la periodontitis se asocia de forma independiente con un aumento de las tasas de mortalidad debido a un mayor riesgo de enfermedades cardiovasculares ateroscleróticas, diabetes y complicaciones relacionadas.

El biofilm dental es el principal determinante de la periodontitis. El riesgo de periodontitis tiene un fuerte componente hereditario, pero el estilo de vida, los factores ambientales y el comportamiento son importantes en el desarrollo o progreso de la enfermedad.

La periodontitis es tratable en la medida en que los dientes pueden mantenerse de por vida, **sin embargo, el diagnóstico temprano es vital.** La enfermedad no solo afecta a los adultos, también puede comenzar en la adolescencia.

El control glucémico en pacientes no diabéticos y diabéticos **es importante como estrategia de prevención del desarrollo de periodontitis.**

- ✓ **El sangrado de las encías no es normal** y la aparición de sangre en la saliva después del cepillado dental tampoco es normal. Por tanto, si lo padece debe consultar a un profesional de salud bucodental.
- ✓ **Si tiene mal aliento o dientes flojos, o aparecen espacios entre sus dientes,** debe visitar a un profesional de salud bucodental.
- ✓ **Cepille** sus dientes dos veces al día.
- ✓ **Considere complementar** el flúor con agentes adicionales efectivos para reducir la placa, como los que se encuentran en los enjuagues bucales y en las pastas de dientes.
- ✓ **Pida asesoramiento** sobre cómo dejar de fumar.
- ✓ Estudie diferentes formas de **perder peso y controlar el consumo de azúcar.**



Caries Dental

La **caries dental** es la destrucción de la superficie dura del diente por la acción del ácido de las bacterias. La predisposición varía sustancialmente a lo largo de la vida, pero es particularmente alta en los jóvenes.

Los **carbohidratos fermentables en la dieta** (azúcares, almidones) son un componente necesario para iniciar la caries dental y su progresión.

Existe asociación entre el bajo nivel socioeconómico y la caries dental.

- ✓ **Abstenerse de dar** alimentos procesados a preescolares y escolares.
- ✓ Use **una pasta dental fluorada** dos veces al día.
- ✓ **Pídale a su dentista** la aplicación profesional de flúor si presenta un alto riesgo de caries.

Tanto la caries dental como las enfermedades periodontales son prevenibles

- **Cuide sus dientes y encías.** Cepille sus dientes dos veces al día con pasta dental fluorada y realice la limpieza interdental con cepillos interproximales u otros productos de higiene bucal, previo consejo de su dentista. Considere **complementar el flúor con agentes efectivos suplementarios para reducir la placa**, como los que se encuentran en diferentes pastas de dientes y enjuagues bucales.
- **Evite consumir alimentos azucarados** y bebidas dulces tanto como sea posible y restringirlos solamente a las comidas.
- **Pídale ayuda a su cuidador** si tiene dificultades para limpiar sus dientes y encías.
- **Consulte a su dentista/profesional de salud bucodental sobre la atención preventiva** de caries dental y enfermedad de las encías, con el fin de recibir el tratamiento necesario.

..... Conservar los dientes sanos de por vida tiene múltiples beneficios



permite que la masticación, el comer, hablar y sonreír sean adecuados



reduce el riesgo de problemas de salud general



mejora la calidad de vida y el bienestar



tiene un impacto positivo en la economía de la salud



1 La **caries y las enfermedades periodontales** son las enfermedades más prevalentes en el ser humano, siendo ambas **prevenibles**.



2 El **coste social y económico global** de estas enfermedades es alto y **aumenta** a medida que la población **envejece**.



3 Se debe consultar regularmente a los **profesionales dentales** para **prevenir y tratar** la caries y las enfermedades periodontales de manera eficaz.



4 El **sangrado gingival o de las encías** no es normal. Por lo que se debe consultar al profesional dental inmediatamente.



5 El **equipo de salud bucodental** puede **aconsejar** al paciente sobre la pérdida de peso, el cese tabáquico, el deporte diario y el control de la diabetes y la glucemia en general.



6 La **enfermedad periodontal** se debe considerar como un **indicador de problemas** no sólo orales sino de salud general.



7 La **educación** para la salud oral debe estar dirigida a **niños, nuevas y futuras madres, a los cuidadores** y a otros **profesionales de la salud**.



8 El **estado de salud oral** de **personas mayores** está influenciado por su **nivel de dependencia**, más que por su edad cronológica.



9 La **reducción** en la ingesta de **azúcar y carbohidratos** y su frecuencia es importante para **prevenir** la enfermedad periodontal y la caries, limitando su consumo a las comidas.



10 El **cepillado dos veces al día con pastas fluoradas** es esencial en el **control de placa** diario, pudiendo complementarse con agentes adicionales que reducen la placa, como los enjuagues bucales o nuevas formulaciones de pastas de dientes.

Perio & Caries, una iniciativa conjunta entre **EFP-Colgate**



La Federación Europea de Periodoncia (EFP) es la voz líder en salud periodontal y enfermedades de la encía, la fuerza impulsora detrás de EuroPerio, el congreso periodontal internacional más importante, y de Perio Workshop, una reunión líder mundial en ciencia periodontal. La EFP además edita el Journal of Clinical Periodontology, una de las publicaciones científicas más reconocidas y prestigiosas, en este campo. La EFP está compuesta por 30 sociedades nacionales de periodoncia en Europa, el norte de África, el Cáucaso y Oriente Medio, que juntas representan alrededor de 14,000 periodoncistas, dentistas, investigadores y otros miembros del equipo dental, enfocados en mejorar la ciencia y la práctica periodontal.

www.efp.org



La Sociedad Española de Periodoncia y Osteointegración (SEPA) es una entidad científico odontológica, sin ánimo de lucro. Desde 1959, ha sabido aunar la formación de los periodoncistas, dentistas y otros profesionales de la salud bucodental, facilitando el intercambio de experiencias profesionales. SEPA es actualmente una de las sociedades científicas odontológicas españolas con más actividad, y cuenta con más de 5.500 socios.

www.sepa.es



Con una historia de más de 200 años, Colgate-Palmolive es un líder mundial en cuidado bucal y está firmemente comprometido a mejorar la salud bucal a nivel mundial. La compañía posee las principales marcas de pasta y cepillos de dientes manuales en muchas partes del mundo, de acuerdo con los datos sobre cuotas de valor, incluidas las marcas reconocidas internacionalmente, tales como: Colgate®, Colgate Total®, Maximum Cavity Protection Plus Sugar Acid Neutraliser™, Sensitive Pro-Relief™, Max White One®, elmex®, meridol® y Duraphat®. Colgate-Palmolive continúa construyendo éxito a través de la innovación en el cuidado oral y asociaciones más sólidas con la profesión dental y de salud pública. Sus valores fundamentales, "cuidado", "trabajo en equipo global" y "mejora continua", se reflejan no sólo en la calidad de sus productos y la reputación de la empresa, sino también en su dedicación para mejorar la calidad de vida de sus consumidores y servir a las comunidades donde presenta actividad. Para obtener más información sobre el compromiso de Colgate con los profesionales dentales, visite:

www.colgateprofessional.co.uk

www.colgatetalks.com



perioandcaries.efp.org



La EFP y SEPA agradecen a Colgate su colaboración y patrocinio.

