



¡Cuidado! Las encías enfermas pueden dañar el corazón

Si se infectan, pueden ser el puerto de entrada de bacterias que se instalan en arterias y tejidos.

Aunque usted lo sabe, no sobra recordarle que **las encías son las responsables de que sus dientes estén fijos y bien sembrados en la boca.**

Esta tarea que, valga decirlo, la llevan a cabo con gran eficiencia porque están formadas por un tejido fibroso especial que, literalmente, rodea el cuello de cada diente y cubre los espacios que hay entre ellos al punto que forma un sello que protege hasta el hueso y demás tejidos de soporte.

Mejor dicho, es esa parte rosada o rojo pálido que se aprecia al levantar los labios y que, dada su importancia, merece atención permanente y no sólo cuando molesta.

De ahí que usted debe tener presente que **en su boca se domicilian miles de bacterias que, en condiciones normales, resultan amigables, pero que si se salen de cauce son altamente peligrosas.**

El asunto es tan serio que la periodoncista y docente de la Universidad Javeriana Francina Escobar, dice que estas bacterias –fuera de control– empiezan por infectar las encías y convertir la boca en un verdadero puerto de entrada de estos gérmenes a todo el cuerpo a través del torrente sanguíneo.

Viajeras y peligrosas

Todo empieza por una higiene deficiente o por una mala técnica en el cepillado, asegura Escobar, lo que permite que restos de comida en los dientes favorezcan el crecimiento de bacterias que forman la placa dental y, por extensión, terminan infectando las encías, que se inflaman, y consolidan una gingivitis. **“Si esto no se trata se da paso a una periodontitis que termina por aflojar lo dientes hasta que se caen”**, explica Escobar.

Pero las cosas no se quedan ahí y pueden empeorar, porque la piorrea (así también se llama a la periodontitis) es **un mal crónico que se las arregla para que algunas bacterias, como la porfiromona gingivalis, se deslicen por los vasos sanguíneos y se instalen campantes en las válvulas cardiacas y en el tapete que cubre por dentro las arterias y el corazón.**

De acuerdo con la Asociación Americana del Corazón, **la endocarditis, la angina de pecho y los infartos pueden ser los desenlaces de estas visitas bacterianas.**



Y si bien la intención no es preocupar a nadie, hay que decir que las personas que tienen males de este tipo en las encías tienen hasta un 50 por ciento más de probabilidad de sufrir una enfermedad cardiovascular.

De hecho, la Sociedad Española de Cardiología demostró en un estudio que los más afectados pueden ser los hombres entre 40 y 50 años que no cuidan sus encías.

Como si fuera poco, de acuerdo con una investigación liderada por Escobar, se comprobó que **la respuesta inflamatoria inicial de la enfermedad periodontal dispara un mecanismo inflamatorio en todo el cuerpo que hace aumentar unas sustancias (interleukinas y factor de necrosis tumoral) que promueven la arterioesclerosis.** Mejor dicho, aunque le parezca increíble, esta condición es capaz de disparar un rosario de males graves, entre los que se cuentan los siguientes:

Diabetes

El endocrinólogo Iván Darío Escobar manifiesta que **los pacientes con enfermedad periodontal son más propensos a desarrollar diabetes tipo 2, también a tener tres veces más posibilidad de morir por una falla renal y a que las complicaciones por esta enfermedad sean más severas.** Ahora, aclara Escobar, los diabéticos mal controlados son más proclives a desarrollar gingivitis y periodontitis.

Osteoporosis

Las mujeres tampoco se libran de las enfermedades provocadas por la periodontitis y algunos estudios respaldan que esta enfermedad está emparentada estrechamente con la osteoporosis y con una marcada tendencia a favorecer partos con niños inmaduros y de bajo peso.

Hay más

El Centro de Investigaciones Odontológicas (CIO) de la Universidad Javeriana ha documentado que la enfermedad periodontal también puede afectar de manera directa los pulmones, está relacionada con la obesidad, con algunas alteraciones cerebrovasculares, con la apnea del sueño y con el rechazo de órganos trasplantados. Empiece a prevenir

Las claves para evitar todo lo anterior están en manos de todo el mundo, pues empiezan con buenos hábitos de higiene y la consulta rápida ante cualquier señal que indique que algo pasa en las encías.

Francina Escobar insiste en que toda persona debe estar pendiente si presenta inflamación o sangrado de las encías. También si hay mal aliento o hipersensibilidad al



frío. “La consulta al odontólogo debe ser inmediata, porque puede ser la diferencia entre continuar con los dientes en su lugar o la ausencia de ellos más otros problemas graves.

Cómo se tratan estos males

El tratamiento de la gingivitis consiste en la eliminación de cálculos y de la placa bacteriana o biopelícula que se acumula; esto puede hacerse de manera manual (utilizando curetas) o con ultrasonido.

El manejo de la periodontitis se aborda teniendo en cuenta la profundidad de las bolsas periodontales; el especialista hace el raspaje y alisado radicular con cirugía o sin ella. Como complemento se puede tratar de recuperar el hueso perdido con injertos óseos.

Aunque la infección es local, algunos casos son tan severos que el especialista puede recomendar, adicionalmente, antibióticos.

Cuídelas así

Higiene bucal: Cepílese tres veces al día (después de cada comida) y utilice seda dental y enjuague bucal. Siga esta rutina todos los días.

Visite al odontólogo: Es importante que cada seis meses o como mínimo, una vez al año, consulte con él.

No fume: El cigarrillo debilita las defensas del cuerpo, lo cual reduce su capacidad de luchar contra una infección periodontal, y disminuye el riego sanguíneo de las encías.

Controle el estrés: Este factor también está relacionado con alteraciones en el sistema de defensas del organismo.

Diabetes: Controle de manera exhaustiva esta enfermedad para evitar daños en los tejidos de la boca.

CARLOS FRANCISCO FERNÁNDEZ
Médico de EL TIEMPO

Diario EL TIEMPO, 12 de Octubre de 2016. Página 1