



La clínica dental es un escenario privilegiado para educar en salud"

REGINA IZQUIERDO
DIRECTORA DE
CUIDA TUS ENCIAS

SECCIÓN COORDINADA POR:

Assumpta Carrasquer
Profesora del Máster
de Periodoncia e Implantes.
Facultad de Odontología
de Valencia.

La Dra. Regina Izquierdo es vocal de la junta directiva de la Sociedad Española de Periodoncia (SEPA) y responsable, entre otras, del área de Divulgación de esta sociedad científica; además, es la directora de la revista "Cuida tus Encías" (CTE). En esta entrevista reflexiona sobre diferentes aspectos relacionados con la difusión de información sobre salud bucodental.

Como directora de "CTE", ¿cómo valora el papel que juega esta publicación y la evolución que ha ido experimentando con los años?

Cuida tus encías es una revista con un enfoque divulgativo innovador en el mundo de la Odontología. Su objetivo es promover la salud periodontal y bucodental, ofreciendo una información veraz sobre diferentes patologías, su prevención, su diagnóstico y su óptimo tratamiento.

Desde sus inicios, en el año 2011 esta publicación se enfocó a la población general pero también se pretendía atender a la necesidad de información sobre temas de salud bucodental de otros profesionales de la salud no odontológicos. Y con el tiempo, además, se ha convertido en un elemento de referencia informativo para odontólogos generales y otras especialidades odontológicas ajenas a la periodoncia.

Obviamente, era una apuesta arriesgada y fue un hito llegar al nº 10, momento que se hizo evidente su consolidación como herramienta

divulgativa útil y necesaria. De hecho, esta publicación ha llamado la atención de otras sociedades científicas de Periodoncia, tanto europeas como americanas, de modo que actualmente se traduce a varios idiomas y se distribuye en diferentes países.

Durante estos 8 años de vida ha ido experimentando una constante evolución que se ha hecho especialmente patente en su adaptación al lenguaje cotidiano y menos científico, así como en el modo de enfocar los temas para aumentar su comprensión por parte de la población general.

En esta última etapa en la que estoy de directora, hemos tratado de no acomodarnos y de dar respuesta a muchas de las dudas que nos plantean cada día los pacientes en nuestras consultas; y, por ello, nos esforzamos por abarcar mayor variedad de temas que preocupan a la población y/o que están de actualidad. Este es el verdadero reto cada vez que nos planteamos un nuevo número de la revista.

Esta publicación ha llamado la atención de otras sociedades científicas de Periodoncia del mundo

¿Hasta qué punto la información, rigurosa y profesional, es fundamental en el cuidado de la salud bucal?

Las nuevas tecnologías suponen un gran avance y son una herramienta muy útil en el conocimiento y para disponer de

***Cuida tus encías* es una revista con un enfoque divulgativo innovador en el mundo de la Odontología**

información a la que todos tenemos acceso con un simple *click*. Pero, en contrapartida, parte de esta información que circula por Internet sin control y sin ningún tipo de filtro supone un verdadero riesgo, pues no tiene ningún rigor científico o directamente se trata de información falsa. En nuestra revista tratamos de combatir estas "falsas verdades" y "dar luz", aclarando temas controvertidos, como en este número en el que informamos sobre la supuesta falta de seguridad de ciertos tratamientos como las endoncias o, en un próximo número, sobre los "posibles efectos secundarios graves" derivados del uso de ciertos colutorios.

Desafortunadamente, sigue en la mente de muchas personas ciertas creencias falsas e infundadas contra las que hemos de seguir trabajando para tratar de eliminarlas del subconsciente colectivo como, por ejemplo, aquellas en relación al embarazo, la lactancia y la no idoneidad de realizar tratamientos dentales durante esos periodos, respecto a la dudosa eficacia del tratamiento periodontal para mantener los dientes toda la vida o en relación a la ausencia de complicaciones en la terapéutica de implantes y su "garantía de por vida". →

Todo el equipo
odontológico
debe implicarse en
promover hábitos de
vida saludables en los
pacientes

Un cambio de tendencia en el cuidado de la salud bucal

SEGÚN LAS CONCLUSIONES del *Libro Blanco de Salud Bucodental* del Consejo de dentistas y la Federación Dental Española del 2015, se evidencia una tendencia a la mejoría en los hábitos de higiene bucodental. Se estima que el 80% de los adultos cepilla sus dientes al menos 2 veces al día (hace 20 años, lo hacían menos del 60%) y está aumentando de manera muy significativa el uso de métodos auxiliares de higiene, como los colutorios, el hilo dental y los cepillos interdentales.

En este sentido, respecto a la concienciación de los pacientes en temas de salud bucodental, "todo parece indicar que las cosas están cambiando para bien y que la población española cada vez está más mentalizada en mantener y mejorar su salud bucodental", asegura la Dra. Regina Izquierdo.

Aunque no existen datos concretos, los resultados de la encuesta poblacional de salud bucodental en España del año 2015 indicaban que 6 de cada 10 españoles posicionan en idéntico lugar su salud general y su salud oral en cuanto al grado de preocupación.

"Esto podría indicar que la población adulta sí parece ser consciente de la relevancia que tiene su salud bucodental dentro del contexto de su salud general", destaca la directora de "CTE", quien admite que "sería muy interesante poder valorar la repercusión de todos estos esfuerzos preventivos, analizando en más detalle con nuevos estudios la apreciación de la población respecto a la trascendencia de la salud bucodental".

Por nuestras consultas pasa aproximadamente un 70% de la población española

→ ¿Cómo valora el papel del equipo odontológico en esta labor de formación e información del paciente, tanto de su salud bucal como general?

La clínica dental es un escenario privilegiado para educar en salud, como profesionales sanitarios que somos. Por nuestras consultas pasa aproximadamente un 70% de la población española, teóricamente "sana" y que, por ello, no acude a su médico de cabecera. Por eso, debe formar parte de nuestro trabajo diario y debería ser nuestra responsabilidad tratar de ayudar a nuestros pacientes a crear hábitos de vida saludables, que no sólo van a mejorar su salud bucodental sino también su salud general y, en definitiva, su calidad de vida. Esto incluiría no sólo consejos de higiene oral, sino también recordar los principios de una alimentación sana, la importancia de evitar el sedentarismo y de controlar el estrés, junto con la cesación tabáquica.

Todo el equipo odontológico debe estar implicado y ser unánimes en transmitir un mensaje de SALUD, en mayúsculas...porque salud es un concepto integral, que incluye a todo el cuerpo.

Por lo tanto, le concede un importante valor a la consulta dental como promotora de hábitos saludables

Así es. Recibir información de calidad, que se enseñe a mantener una boca sana, y dar opciones preventivas son cada vez más una parte importante de la valoración y de las expectativas del paciente que acude a una clínica dental.

Los profesionales de la salud bucodental estamos en una situación idónea para ello, no sólo por el acceso que tenemos a un amplio sector de población sino también porque estamos "entrenados en motivar" a nuestros pacientes para que cambien sus hábitos de higiene oral, y esta motivación es fácil de trasladar a otros aspectos de la salud.

Es indudable el beneficio sanitario y social de acciones como conseguir que nuestros pacientes dejen de fumar, controlen su peso (comiendo mejor

haciendo más ejercicio) y su estrés; sin duda, estos factores tienen un gran impacto en la aparición y/o en la progresión de muchas enfermedades crónicas.

Además, sabemos de la fuerte asociación bidireccional entre enfermedad periodontal y la diabetes, y también se ha demostrado el aumento del riesgo cardiovascular en personas con periodontitis no tratada. Así mismo, hay evidencia de que el tratamiento periodontal básico mejora el control glucémico a corto plazo en personas con diabetes, lo que se asocia con una reducción del número de complicaciones e, incluso, con una disminución del gasto farmacéutico (al reducirse la necesidad de un segundo fármaco hipoglucemiante).

Pero podemos ir aún más allá. En España hay alrededor de 14 millones de hipertensos, de los cuales una cuarta parte no lo saben y más de la mitad están mal controlados. Si la simple toma de la tensión arterial se incluyera en nuestras consultas como algo cotidiano (por ejemplo, en las primeras visitas o previamente a cualquier actuación que requiera anestesia local), se reduciría el porcentaje de pacientes hipertensos no diagnosticados. Si actualmente la mortalidad por enfermedades hipertensivas es la que más está creciendo, es obvio el impacto que puede tener esta intervención tan simple sobre la población.

Afortunadamente, cada vez se piensa más 'en rosa', el color de la encía sana

En los últimos años se han acumulado muchos estudios que, desde diferentes ámbitos, asocian estrechamente la salud periodontal y la salud general. ¿Realmente podemos establecer una vinculación directa entre la salud de la boca y la salud general?

El concepto de "Medicina Periodontal" nació hace poco más de 20 años gracias al Dr. Offenbacher, pionero en este campo de la investigación en Periodoncia en el que se estudia la asociación entre la infección de las encías y la patología sistémica, así como sus implicaciones terapéuticas y preventivas.

La evidencia sobre la relación de las enfermedades de las encías con aquellas enfermedades sistémicas vinculadas con el estilo de vida ha motivado que el desarrollo científico de la Periodoncia se dirija preferentemente hacia este aspecto.

Es cierto que estos contenidos científicos sobre Medicina Periodontal no tienen una repercusión inmediata en la práctica clínica, pero muestran claramente la tendencia más relevante y prometedora en la Periodoncia y en la Odontología del futuro. No sólo está cambiando nuestro conocimiento sobre el impacto de este proceso infeccioso e inflamatorio a nivel local, y sobre el resto del organismo, si no que supone también la apreciación por parte del colectivo médico de la importancia de la salud bucodental en el contexto de la salud general. Este es el eje de trabajo de la 'Alianza por la Salud', promovida por la Fundación SEPA con la colaboración de gran número de sociedades científicas médicas, algo impensable hace unos años.

¿Cómo explica que algo tan minúsculo, como son las encías, pueda tener un valor tan importante en la salud general?

Durante muchos años el dentista se ha preocupado más de mantener la salud del diente, sin tener apenas en cuenta la encía o el resto de los tejidos que le rodean y que le dan sostén. Pero también, durante mucho tiempo (e incluso a día de hoy) se ha considerado que la enfermedad periodontal era un proceso degenerativo y que con los años era normal que los dientes acabaran perdiéndose. Afortunadamente, cada vez se piensa más "en rosa", el color de la encía sana, y el tratamiento periodontal básico se ha convertido inexcusablemente en el paso previo a cualquier tipo de abordaje odontológico.

La prevención de la enfermedad periodontal y el tratamiento de la encía enferma que sangra son imprescindibles no sólo para una buena salud bucodental, sino también para disfrutar de una mejor salud general, al minimizar la presencia de patógenos periodontales que acaban produciendo patología a distancia, ya sea de manera directa o indirectamente. ■

MENSAJES PARA LA REFLEXIÓN

"Subsisten ciertas creencias falsas e infundadas en relación con la salud bucodental contra las que hemos de seguir trabajando"

"Existe una fuerte asociación bidireccional entre enfermedad periodontal y la diabetes, y también se ha demostrado el aumento del riesgo cardiovascular en personas con periodontitis no tratada"

"Una simple medida, como tomar regularmente la presión arterial en nuestros pacientes, podría tener importantes repercusiones sanitarias"

"Existe una creciente apreciación del colectivo médico sobre la importancia de la salud bucodental en la salud general"