

Caries dental: protocolos de prevención y tratamiento



Las enfermedades bucales y su tratamiento representan una carga económica importante para la sociedad. La caries dental se considera la enfermedad más prevalente, después del resfriado común, lo que supone elevados costes de tratamiento. Además, la percepción de salud bucal puede considerarse como un factor predictor de la calidad de vida (1).

A continuación se presentan las pautas para la prevención de la caries y, llegado el momento, su tratamiento.

Prevención

Al ser la caries un proceso dinámico, podemos controlar su progresión en los primeros estadios (2) teniendo en cuenta los hábitos dietéticos y la higiene bucal.

1. Higiene bucal

- Cepillarse los dientes durante **2 minutos, 3 veces al día**.
- Es importante **utilizar cepillos dentales de calidad** que se adapten a las necesidades del paciente como por ejemplo que permitan una limpieza óptima en dientes con ortodoncia, que respeten aquellas encías que puedan estar muy sensibles, que requieran de un extra de suavidad para periodos post quirúrgicos... (3).
- **El cepillado, debe acompañarse de un dentífrico y un colutorio**, que según su composición, pueden contener múltiples principios activos para una acción específica anticaries (4).
- El **flúor** tiene un triple efecto: es antibacteriano, aumenta la resistencia del diente ante el ataque ácido y tiene un efecto remineralizador que permite recuperar las lesiones iniciales de la caries. Para conseguir estos efectos, se debe aplicar flúor de forma tópica –con contacto directo con la superficie dental– un mínimo de dos veces al día (cepillado dental junto a colutorio fluorado) (4).
- Completar la limpieza bucal con el uso de **seda o cinta dental, cepillos interproximales** (desarrollados para eliminar la placa dental de las zonas interproximales) y colutorios (antisépticos o fluorados) (4).

- Al ser la caries una enfermedad de origen multifactorial se ha de afrontar con productos que cubran varios de estos factores al mismo tiempo, como por ejemplo **VITIS anticaries**, el 1^{er} anticaries con 3 mecanismos de acción para la prevención de la caries y protección frente a la erosión dental. **VITIS anticaries** repara, refuerza y remineraliza el esmalte dental gracias a la acción de las nanopartículas de hidroxiapatita, flúor y xylitol.

2. Hábitos dietéticos (5)

- Los alimentos con mayor potencial cariogénico son los que contienen azúcares refinados y son pegajosos. La frecuencia de su ingestión es más importante que la cantidad ingerida de una vez.
- Procurar que los carbohidratos sean en forma diluida o acuosa (retención mínima) y evitar los azúcares de textura pegajosa o adhesiva.
- Intentar no tomar azúcares y bebidas o refrescos azucarados especialmente entre las comidas y al acostarse.
- El consumo de chicles sin azúcar puede ser beneficioso para la prevención de la caries, sobre todo, los que contienen xylitol.

Tratamiento

De modo general, las lesiones de caries limitadas al esmalte se tratan en la clínica dental de forma no invasiva, utilizando flúor y adoptando medidas educacionales para el paciente en cuanto a dieta e higiene bucal diaria, además de un control por parte de un profesional (6).

Sólo debería aplicarse el tratamiento restaurador a aquellas lesiones de caries activa que han penetrado más allá del tercio exterior de la dentina, es decir, sólo cuando una lesión es activa y se comprueba su progresión en dentina debe esta ser inmediatamente obturada (4).

Tratamiento restaurador (7)

Hoy en día, el tratamiento restaurador tiene como objetivo restaurar la forma, función y estética dentales que han estado comprometidas por las cavidades producidas por las caries, y tratar las lesiones iniciales de forma no invasiva, siempre que sea posible.

- **Microabrasión física:** utiliza micropartículas (óxido de aluminio) mezcladas con aire para remover áreas infectadas del diente, elimina la vibración y el ruido comparado con los instrumentos de alta velocidad convencionales. Una vez que el tejido infectado ha sido removido, se obtura el diente. Esta técnica presenta resultados estéticos excelentes, además de ser muy fácil su aplicación. Se ha

demostrado que es bien tolerada por los pacientes pediátricos.

- **Sistemas químicos y mecánicos:** Hoy en día se utilizan unos geles que eliminan la caries dental y reducen la utilización de anestesia local y otros que eliminan el material deteriorado de los dientes y reducen la sensación de dolor en el paciente.
- **Láser:** el láser es una luz de gran intensidad y concentración puntual, capaz de eliminar selectivamente el tejido dentario afectado sin afectar al tejido sano.
- **Técnica restaurativa atraumática:** basada en la remoción del tejido dental cariado en la dentición temporal mediante instrumentos manuales y la restauración posterior con ionómeros de vidrio. Esta técnica está indicada cuando existe caries activa de dentina accesible a instrumentos manuales, en dientes de la dentición temporal y en caries rampante, y está contraindicada cuando existen problemas pulpares y periapicales, caries inaccesible a instrumentos manuales, caries estrictamente en superficies proximales con diente contiguo, sin acceso por oclusal.

Bibliografía

1. Jiménez Férrez J, Esquivel Hernández I, González-Celis AL. La percepción de salud bucal como medida de la calidad de vida en ancianos. Rev ADM. 2003;LX(1):19-24.
2. Espasa E, Boj JR, Hernández M. Caries dental en el niño. En: Boj, JR. et al. Odontopediatría. La evolución del niño al adulto joven. 1ª reimpresión; 2012. Ed. Ripano.
3. Casals i Peidró E. Guía de formación. Campaña mes de la salud bucal I. Consejo general de colegios oficiales de farmacéuticos.
4. European Food Information Council. Salud dental. Documentos básicos 06/2006 [consultado el 25/5/2015]. Disponible en: <http://www.eufic.org/article/es/page/BARCHIVE/expid/basics-salud-dental/>.
5. Vitoria Miñana I, Grupo PrevInfad/PAPPS Infancia y Adolescencia. Promoción de la salud bucodental. Rev Pediatr Aten Primaria. 2011;13(51).
6. Conceição N. Odontología restauradora. En: Odontología restauradora. Salud y estética. Editorial Mdica Panamericana. Buenos Aires 2008. Cap. 1, pág. 8.
7. Duque de Estrada Riverón, J. Técnicas actuales utilizadas en el tratamiento de la caries dental. Rev Cubana Estomatol 2006;43.