

Encías

La inflamación de las encías se denomina **gingivitis o enfermedad gingival** y es un tipo de enfermedad periodontal. La gingivitis es la forma de enfermedad periodontal que cursa con inflamación e infección de las encías y que puede progresar a periodontitis, lo que produciría destrucción de todos los tejidos de soporte: encía, ligamento periodontal y hueso (1).

De acuerdo con la Academia Americana de Periodontología, **la gingivitis inducida por biofilm oral es la forma más común de las enfermedades periodontales** y afecta a una parte significativa de la población en individuos sensibles. Es importante informar a los pacientes del proceso de la enfermedad, las alternativas de tratamiento, posibles complicaciones y los resultados esperados, así como su responsabilidad a la hora de conseguir un resultado satisfactorio (2).

Los hábitos de higiene oral se relacionan con los comportamientos de salud generales, por lo que una correcta higiene bucal debería resultar en una buena salud dental. **Una buena salud gingival se relaciona con la ausencia de inflamación y sangrado en el sondeo** (3). El objetivo de cualquier intento de prevenir y controlar la enfermedad periodontal es el buen mantenimiento del biofilm oral por parte del individuo en su casa. Una buena higiene dental debe incluir, básicamente, el dentífrico (y colutorio, si procede) que mejor se adapte a las necesidades y preferencias del usuario y, por supuesto, el cepillo más apropiado para sus dientes y encías (4).

Los dentífricos que contienen fluoruro han demostrado su efectividad para reducir la prevalencia de la caries dental en todo el mundo. Teniendo en cuenta la importancia del biofilm oral en el inicio de la enfermedad periodontal, es normal la inclusión de un compuesto dentro del dentífrico que reduzca su formación y patogenicidad (5).

Un cepillado muy exhaustivo al día sería suficiente para eliminar la placa y mantener una adecuada higiene oral, pero como muchas personas no lo consiguen, los dentistas recomiendan cepillarse dos veces al día como mínimo (6).



El **cepillado dental es el método más cómodo, sencillo y eficaz para eliminar la placa bacteriana** de la cavidad bucal. El diseño y la calidad del cepillo es fundamental, como también lo son el dentífrico y el colutorio, los tres elementos básicos de la higiene bucodental.

La idea de utilizar colutorios para controlar las enfermedades periodontales como forma de tratamiento es muy atractiva debido a que el paciente los utiliza fácilmente. El objetivo es alterar la cantidad y calidad de la placa supra y subgingival, de manera que el sistema inmunitario pueda controlar las bacterias y prevenir la aparición y progresión de las enfermedades periodontales.

Las propiedades ideales de los enjuagues bucales deberían ser (7):

- Rapidez y seguridad
- Capacidad de eliminar la viabilidad de la placa en las áreas de difícil acceso.
- Buen sabor
- Facilidad de uso y capacidad para llegar al lugar de inicio de la enfermedad (supragingival para la gingivitis; subgingival para la periodontitis).

Bibliografía

1. University of Maryland clinical center. Gingivitis. Disponible en: <http://umm.edu/Health/Medical/SpanishEncy/Articles/Gingivitis> (fecha de acceso: 19/09/2013).
2. Parameter on plaque-induced gingivitis. American Academy of Periodontology. J Periodontol. 2000;71(5 Suppl):851-2.
3. Bosma ML. Maintenance of gingival health post professional care. Int Dent J. 2011;61 Suppl 3:1-3.
4. Divins MJ. Cepillos dentales. Farmacia Profesional. 2008;22:30-3.
5. Davies RM. Toothpaste in the control of plaque/gingivitis and periodontitis. Periodontol 2000. 2008;48:23-30.
6. Cortés Martinicorena FJ. Prólogo. En: Educación sanitaria, revisión crítica. SESPO. Valencia 1999
7. Baker K. Mouthrinses in the prevention and treatment of periodontal disease. Curr Opin Periodontol. 1993:89-96.