

Salud periodontal

La **enfermedad periodontal (periodontitis)** es una enfermedad inflamatoria, no transmisible, causada por bacterias que se acumulan debajo de las encías y provocan una inflamación constante y las encías se alejan de los dientes y forman espacios o bolsas que se infectan; si la infección bacteriana pasa al torrente sanguíneo, puede aumentar el riesgo de eventos cardíacos como el infarto o la angina de pecho y/o afectar a las válvulas cardíacas, causando inflamación del endocardio (endocarditis).

CAUSAS

- Hábitos de salud oral deficientes.
- El hábito de fumar y consumo de drogas (marihuana o vapear).
- Cambios hormonales en las niñas y mujeres.
- Obesidad, nutrición inadecuada, incluida deficiencia de vitamina C.
- Afecciones que causan una disminución de la inmunidad, como la leucemia, el VIH/SIDA y el tratamiento del cáncer.
- Enfermedades (diabetes, artritis reumatoide, enfermedad de Crohn...).
- Medicamentos que causan sequedad de boca o cambios en las encías
- Genética...

SÍNTOMAS

- ✚ Encías de color rojo brillante, rojo oscuro o morado, inflamadas o hinchadas, sensibles al tacto y/o que sangran fácilmente.
- ✚ Cepillo de dientes teñido de rosa después del cepillado.
- ✚ Escupir sangre al cepillarse los dientes o al usar el hilo dental.
- ✚ Encías que se retraen de los dientes (los dientes se ven más largos).
- ✚ Mal aliento.
- ✚ Dientes flojos o pérdida de dientes.
- ✚ Dolor al masticar.



RECOMENDACIONES

- Dieta equilibrada baja en azúcares libres, con muchas frutas y hortalizas y agua como bebida principal.
- Higiene bucal. Cepillarse tres veces al día + enjuague bucal.
- Ejercicio regular (mejor respuesta al estrés y/o inflamación).
- Revisiones con el dentista al menos 1 vez al año.
- Consulta a tu médico antes de cualquier procedimiento bucal para evitar posibles interacciones medicamentosas o por si es necesario suspender medicación anticoagulante y/o antiagregante.

