

Salud bucal, importancia y consejo

EN LA OFICINA DE FARMACIA SE VENDEN PRODUCTOS DE GRAN CALIDAD PARA UNA BUENA HIGIENE BUCAL EN GENERAL, COMO PASTAS DENTRÍFICAS, COLUTORIOS, SEDAS O CINTAS DENTALES, CEPILLOS INTERPROXIMALES O LIMPIADORES LINGUALES. CONSEJO Y UN BUEN SURTIDO, CLAVES PARA LA CATEGORÍA DE CUIDADO DENTAL.



El dolor dental es, sin duda, una de las causas más comunes de consulta al farmacéutico, frecuentemente debido a que el miedo, temor o fobia que siente el paciente hacia todo lo relacionado con el dentista (odontoestomatólogo) le retrae de tal forma que descuida por completo su boca.

Obviamente, el primer objetivo del farmacéutico en este aspecto es combatir dicho retraimiento y encauzar debidamente a estos pacientes hacia la consulta odontoestomatológica, para lo que es preciso que el farmacéutico explique con claridad los importantes riesgos que dicha intervención odontológica evitaría. Ello no impide que desde la farmacia puedan, adicionalmente, facilitarse algunas medidas para paliar el dolor y, especialmente, realizar un mantenimiento permanente de la higiene dental, fundamental para la prevención de la enfermedad periodontal.

Por su parte, son los pacientes con caries, enfermedad periodontal e infecciones odontógenas los que suelen visitar al odontólogo. A partir de los 35 años de edad, el 92-94 % de la población adulta tiene caries, y entre el 85 % y el 94 % de la población española mayor de 35 años presenta algún problema relacionado con las encías. En todo caso, la higiene oral es

una medida fundamental para la eliminación de la placa bacteriana y la prevención del proceso cariogénico y la patología periodontal.

Higiene

Entre las medidas de higiene oral o bucal más importantes y asequibles se encuentra el cepillado dental con o sin uso de la seda dental. El paciente debe ser instruido sobre la técnica correcta de cepillado dental, que puede incluir el cepillado dorsolingual.

El tipo de cepillo (tamaño y forma, consistencia de las cerdas, uso personal estricto para evitar contagios, renovación aproximada mensual), las maniobras de cepillado (manual o eléctrico en algunos pacientes con dificultades motoras), el tipo de pasta dentífrica (anticaries, de blanqueamiento, antihipersensibilidad dentinaria, etc.) y el uso de seda dental (tipo y grosor) u otros sistemas de higiene dental dependen de las características del paciente y deben ser aconsejados por el facultativo, el cual puede también recomendar medios auxiliares de higiene (como los colutorios), así como la conveniencia de higiene bucal por el odontostomatólogo para realizar por ejemplo una tartrectomía mecánica (remoción mediante curetaje, ultrasónica, etc.) del tártaro o sarro dental, es decir, la placa bacteriana calcificada que se forma en la superficie dental y resulta

A PARTIR DE LOS 35 AÑOS DE EDAD, EL 92-94 % DE LA POBLACIÓN ADULTA TIENE CARIES

visible cuando es supragingival, indicando al paciente la frecuencia o periodicidad con que debe someterse a limpieza dental (por ejemplo cada 6-12 meses) en función de sus características individuales, sobre todo según lo aconseje el resultado del examen de las encías (coloración normal o, por el contrario, enrojecimiento y sangrado) y del espacio subgingival (atención a la aparición de sarro). Debemos recordar que el uso indiscriminado o no controlado de antisépticos puede enmascarar la progresión de periodontitis coexistente con otras infecciones bucales leves.

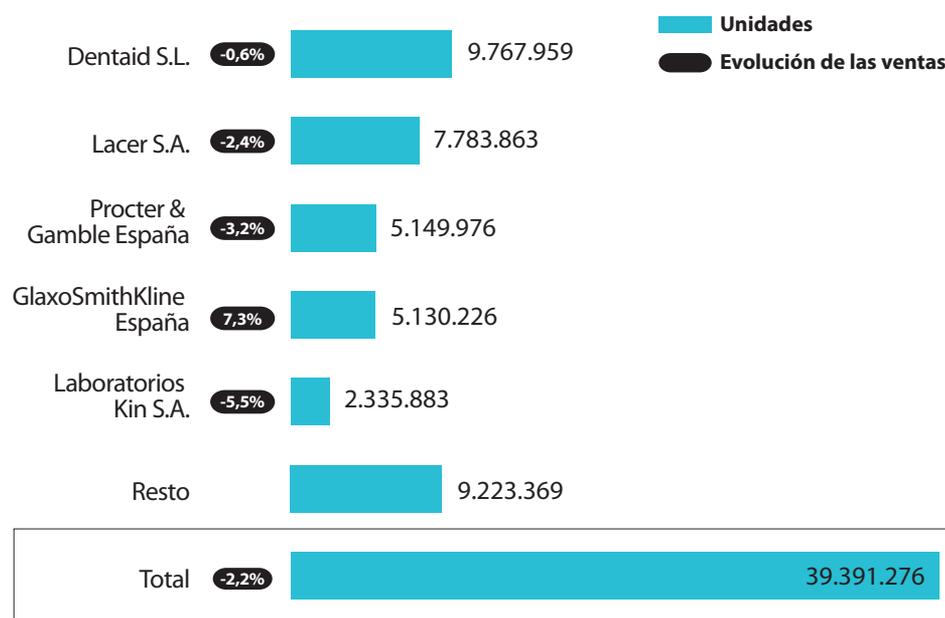
Enjuagues

El colutorio es un lavado o enjuague de la boca con un medicamento en solución destinado a este uso. El enjuague bucal puede complementarse o no con un gargarismo, maniobra que permite mantener un líquido en la garganta, con la cabeza echada hacia atrás, agitándolo por la contracción de los músculos del velo del paladar y la acción del aire espirado, aunque el gargarismo está más específicamente

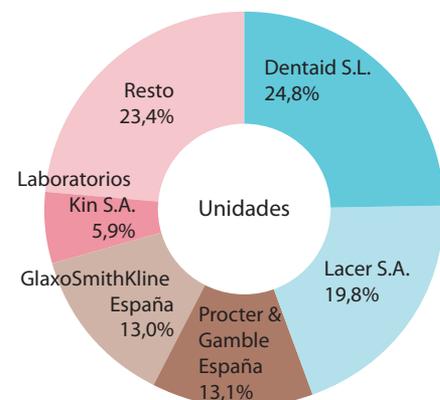
indicado en las afecciones de la garganta, es decir faringoamigdalitis o incluso laringitis. No es infrecuente la impresión de una patología "bucofaríngea" en la que la afección de la cavidad orofaríngea tiene un carácter general y el objetivo es por tanto mejorar la infección y/o inflamación de la mucosa que tapiza esta cavidad de modo global mediante enjuagues y gargarismos.

Aunque el colutorio es una forma de administración de medicamentos bien conocida, conviene recordar y realizar algunas precisiones. Debe insistirse al paciente sobre el carácter tópico o local de la medicación y, por tanto, que no debe ingerirla o tragársela de forma voluntaria. Sin embargo, es inevitable la deglución de una pequeña cantidad del colutorio, lo cual no debe ser motivo de preocupación. El paciente debe comprender que para favorecer el contacto del producto con las superficies a tratar, el enjuague debe tener una duración mínima de 30 segundos antes de expulsarlo. Durante ese tiempo, el líquido debe movilizarse por la boca utilizando la musculatura

MERCADO HIGIENE BUCAL. Ventas unidades. TAM septiembre 2018

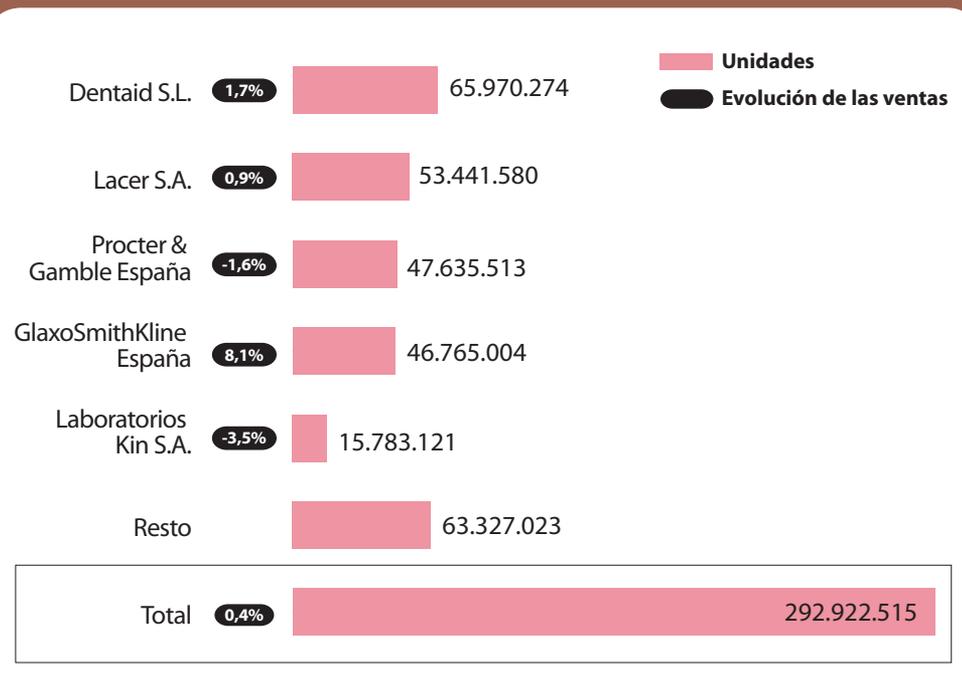


Cuota de mercado.

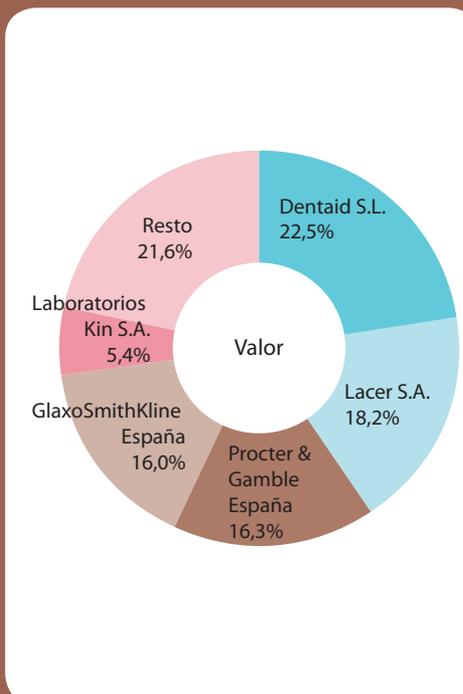


Fuente: HMR. Categoría H31.1.-Higiene y cuidado bucal adulto; H31.2.-Higiene y cuidado bucal infantil. Elaboración: IMFarmacias

MERCADO HIGIENE BUCAL. Ventas valor. TAM septiembre 2018



Cuota de mercado.



Fuente: HMR. Categoría H31.1.-Higiene y cuidado bucal adulto; H31.2.-Higiene y cuidado bucal infantil. Elaboración: IMFarmacías

de los carrillos. En ocasiones, si la adhesividad del producto es baja, se puede recomendar que el enjuague bucal se retenga durante un tiempo de hasta tres minutos (según las indicaciones de la ficha técnica y del prospecto). Alternativamente, puede recomendarse una mayor frecuencia de enjuagues al día.

Diluciones

Otro aspecto sobre el que debe llamarse la atención del paciente es la dilución o no de la solución tópica para enjuagues. Hay colutorios que pueden ser utilizados directamente para el enjuague bucal porque ya están preparados a la concentración apropiada, mientras otros deben diluirse a la mitad o incluso en mayor proporción de agua. Por tanto, hay que leer y seguir las instrucciones del fabricante, pero el farmacéutico debería ofrecer su cooperación en este aspecto que puede no ser fácilmente comprensible para el paciente, explicándole si es necesario las equivalencias volumétricas de medidas vulgares pero prácticas como la cucharada, el vaso de agua, etc. El uso del colutorio a una concentración inapropiada puede ocasionar reacciones indeseables como irritación, sobre todo para ciertos antisépticos. Aquellos colutorios preparados en solución alcohólica también pueden resultar irritantes, sobre todo en determinados pacientes (niños y ancianos) y debe advertirse que el uso prolongado de soluciones alcohólicas es perjudicial para la mucosa oral.

Con el enjuague se pretende una actuación amplia en la cavidad oral. Si por el contrario interesa una actuación más puntual, se indicará su aplicación en el sitio de la lesión mediante "toques" utilizando una espátula, o bien una torunda o palito con algodón en la punta.

Si se usa espátula debe limpiarse antes de reintroducirse en el frasco para no contaminar la solución y, si se usa un aplicador de algodón, debe ser desechado tras su utilización. En ocasiones, los productos

Consejos para el cuidado dental

La prevención pasa también por seguir los siguientes consejos dietéticos:

- Disminuir el consumo, en cantidad y frecuencia, de productos ácidos, ya que pueden erosionar el esmalte y dejar la dentina al descubierto. Para minimizar su efecto debe esperarse entre cinco y diez minutos antes de cepillarse los dientes después de ingerir refrescos y bebidas gaseosas, alimentos ricos en azúcar, frutas con un elevado contenido en ácidos (limones, naranjas, fresas, etc.) o productos enlatados que contengan ácido cítrico como conservante.
- Incluir en la dieta alimentos que contribuyan a contrarrestar los efectos corrosivos de los ácidos sobre el esmalte dental, como los lácteos.
- Evitar el consumo de bebidas o alimentos muy fríos o muy calientes.
- Modificar algunos hábitos inadecuados, como usar palillos de madera, abrir los envases con los dientes o cortar hilos con ellos.
- Evitar el tabaco, responsable de una mayor incidencia de enfermedad periodontal, que retrae las encías y, en consecuencia, aumenta el riesgo de dejar al descubierto el diente y padecer sensibilidad.
- Asegurar una correcta higiene bucal, que incluya el uso de productos específicos (pasta y colutorio), así como de hilo dental, contribuirá a prevenir la aparición de sensibilidad dental.

tópicos vienen en forma de aerosol para utilizar con un spray dirigido al sitio de la lesión. También es frecuente la presentación en forma de gel para aplicar sobre la lesión, intentando mejorar con esta forma farmacéutica la adhesividad y permanencia del producto. Otro aspecto es el del control o seguimiento del paciente. Algunos productos están indicados para paliar síntomas leves y, por ello, es preciso indicarle al paciente que el producto debe ser utilizado solo temporalmente, con la advertencia expresa de que debe consultarse a un odontostomatólogo, ya que en ocasiones el uso de antisépticos, antiinflamatorios o analgésicos-anestésicos puede enmascarar y dificultar el diagnóstico de un absceso dental, una periodontitis u otro cuadro subyacente. Es importante preguntar a las mujeres de edad madura (a partir de los 55-60 años) sobre la utilización de tratamientos para la osteoporosis y, en particular, sobre el uso de bifosfonatos (alendronato, etc.), debido a las complicaciones que se han presentado con su uso en odontología. Ya en 2003 aparecieron los primeros casos de osteonecrosis en los maxilares en pacientes tratados con bifosfonatos. En los pacientes que toman estos fármacos, son cruciales las medidas de odontología preventiva, las revisiones periódicas cada poco tiempo y tratar de evitar las cirugías.

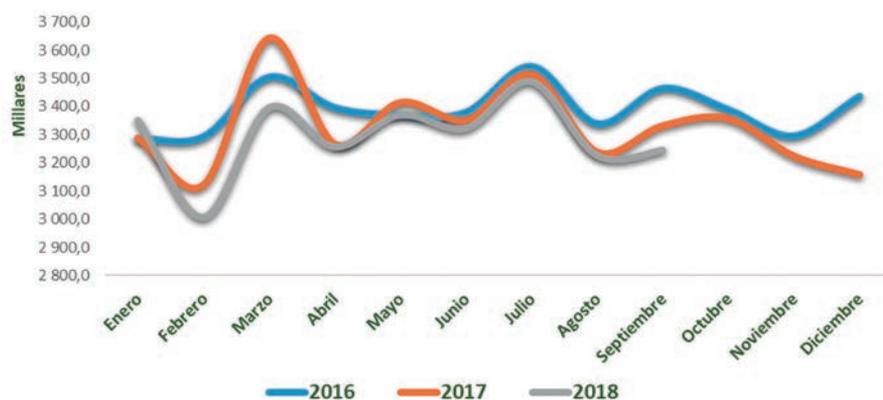
Enfermedad periodontal

Se denomina periodonto al aparato de inserción o tejido de soporte del diente, constituyendo una unidad biológica y funcional susceptible de experimentar cambios con distintos factores, como la edad, las enfermedades sistémicas, el tabaquismo, los microorganismos, etc. Está constituido por la encía, el ligamento periodontal, el cemento radicular y el hueso alveolar. El dolor agudo correspondiente a la enfermedad periodontal inicial es somático, superficial y se asienta sobre la piel y las mucosas, localizándose con precisión. El paciente presenta enrojecimiento, inflamación, exudado en la encía, mal aliento y existe un cambio en la textura y la forma de la encía. En esta fase, el

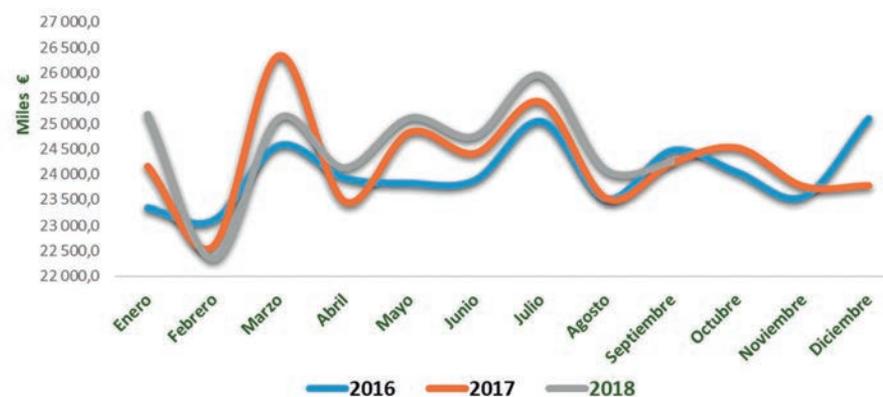
EL USO INDISCRIMINADO O NO CONTROLADO DE ANTISÉPTICOS PUEDE ENMASCARAR LA PROGRESIÓN DE PERIODONTITIS

EVOLUCIÓN MERCADO HIGIENE BUCAL.

Unidades.



Valor.



Fuente: HMR.

CON EL ENJUAGUE SE PRETENDE UNA ACTUACIÓN AMPLIA EN LA CAVIDAD ORAL

proceso es reversible, pero al evolucionar puede haber formación de bolsas periodontales, pérdida de moderada a avanzada de hueso alveolar e incluso pérdida de piezas dentales; en esta fase, el dolor se hace profundo y está menos localizado.

En torno al 90 % de la población española mayor de 35 años presenta enfermedad periodontal en algún grado. La enfermedad periodontal es de tipo multifactorial, estando implicados en diverso grado la acumulación física de la placa, la falta de higiene, el consumo de tabaco, la dieta rica en glúcidos (especialmente, azúcares simples), el estrés y las prótesis mal ajustadas.

La reducción de la ingesta de azúcares simples y una alimentación adecuadamente balanceada previenen la caries dental y la pérdida prematura de los dientes. Dejar de fumar y reducir el consumo de alcohol disminuyen el riesgo de periodontopatías y de pérdida de dientes; la exposición a largo plazo a niveles óptimos de fluoruros reduce el número de caries tanto en los niños como en los adultos.

Sensibilidad dental

El diente está protegido por el esmalte y una fina capa llamada cemento radicular. En su interior se encuentra la dentina, formada por miles de túbulos microscópicos que conectan

la parte exterior del diente con las terminaciones nerviosas. Cuando se pierde esa protección natural y la dentina queda al descubierto, permitiendo que estímulos de origen térmico, químico o táctil alcancen esas terminaciones, aparece la sensibilidad dental. Se trata de un síndrome caracterizado por el dolor dental intenso y transitorio, habitualmente localizado en uno o varios dientes, que desaparece cuando cesa el estímulo que lo provoca.

La sensibilidad es la causa más frecuente de dolor dental, y puede afectar a uno de cada cuatro adultos, mayoritariamente de entre 18 y 40 años. Durante los últimos años, su prevalencia se ha visto incrementada entre los jóvenes a causa del aumento del consumo de bebidas acidogénicas y del uso, indiscriminado y sin supervisión, de productos de blanqueamiento dental.

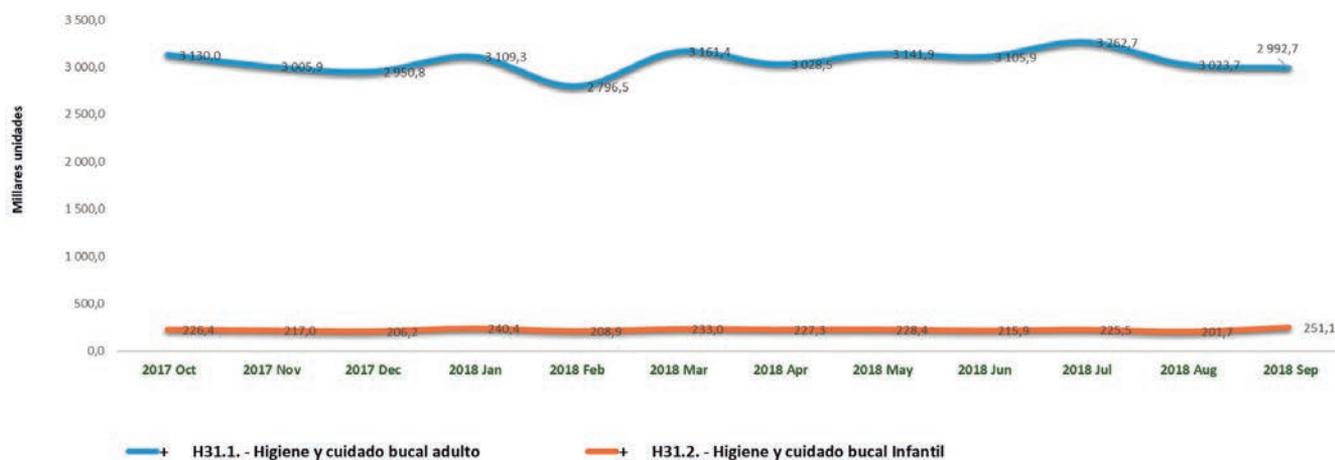
La sensibilidad dental suele aparecer como consecuencia de una retracción de la encía o del desgaste de la superficie dental. Entre los principales factores desencadenantes se encuentran:

- Abrasión. El roce causado por una pasta dentífrica muy abrasiva o la costumbre de tener objetos extraños en la boca como bolígrafos, alfileres, etc. provoca la pérdida o el desgaste del esmalte dental.
- Atrición y abfracción cervical. Una excesiva fuerza en la masticación, y apretar o rechinar los dientes (bruxismo) acelera el desgaste del esmalte.

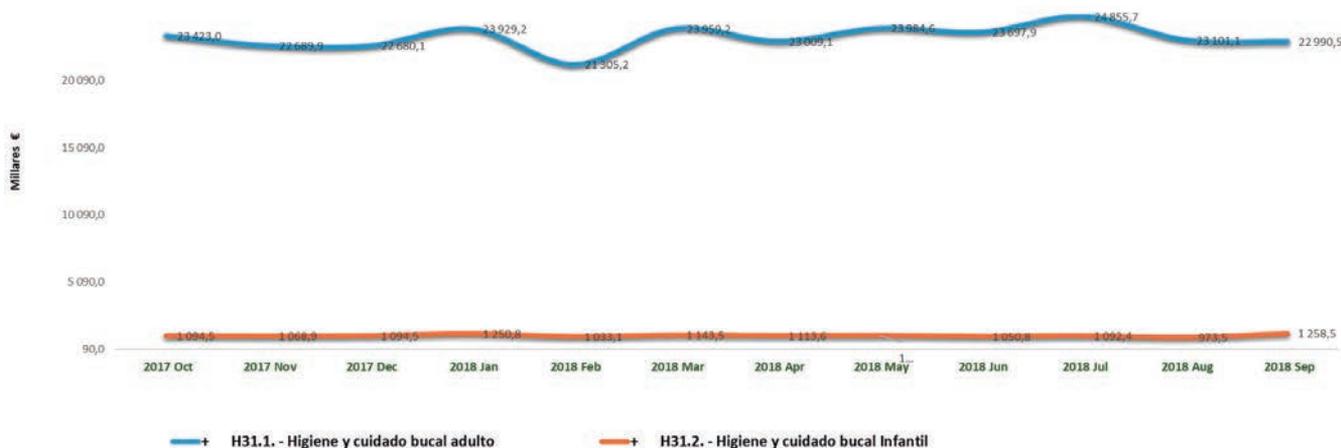
DEJAR DE FUMAR Y REDUCIR EL CONSUMO DE ALCOHOL DISMINUYEN EL RIESGO DE PERIODONTOPATÍAS

EVOLUCIÓN MERCADO HIGIENE BUCAL. SELL OUT. ÚLTIMOS 12 MESES. PRINCIPALES CLASES

Unidades.



Valor.



Fuente: HMR.



- Erosión. La acción química provocada por el consumo de alimentos ricos en ácidos o el contacto con ellos como consecuencia de patologías como el reflujo gástrico o los vómitos provocan la pérdida o desgaste del esmalte.
- Tratamientos odontológicos. Algunos tratamientos odontológicos, como los raspados y alisados radiculares, o ciertas complicaciones derivadas de la ortodoncia, pueden causar recesiones gingivales y, por tanto, favorecer la aparición de sensibilidad dental.

Si no se trata adecuadamente, la sensibilidad dental puede desencadenar otras patologías más graves, como la caries o la enfermedad periodontal, ya que el dolor provocado por la hipersensibilidad dificulta una higiene bucal eficaz. El papel del farmacéutico es, por tanto, crucial para detectar a posibles personas afectadas de sensibilidad dental y recomendarles productos específicos para su tratamiento, así como la visita a una consulta clínica para que el odontólogo pueda realizar una exploración y un diagnóstico preciso.

Demanda

Las pastas de dientes y colutorios bucales relacionados con la sensibilidad dental son la tercera categoría de productos más demandada en las farmacias y parafarmacias, después de los indicados para el cuidado de las encías y los productos anticaries. Con un volumen de ventas que alcanza los 50 millones de euros en el canal, se trata de un mercado en continuo crecimiento, empujado por la demanda del público y la sensibilización, el conocimiento y la prevalencia de este trastorno dental.

El farmacéutico, y su canal de venta, es el único capaz de responder con valor añadido ante esta demanda, ofreciendo a sus clientes información actualizada y profesional sobre este trastorno, consejos para prevenirlo y soluciones para su tratamiento, diferenciándose así de las grandes superficies y demás espacios que ofertan productos similares.

Asegurar la visibilidad y la situación correcta de los productos destinados al tratamiento y la prevención de la sensibilidad dental en la farmacia estimulará su consumo por parte de los clientes. Para ello, se deben tener en cuenta los siguientes aspectos:

- Exposición. Situar material PLV en espacios visibles para el consumidor.
- Recomendación activa. Los clientes confían en el consejo del farmacéutico. Reforzarlo con información escrita repercutirá en la promoción de esta categoría de productos.
- Productos. Es importante asegurar un orden correcto y la categorización de los productos específicos indicados para la prevención y el tratamiento de la sensibilidad dental. +



A.Vogel

SUPERHÉROES DE INVIERNO

EchinaMed Junior
comprimidos
Extractos de *Echinacea purpurea* L.

EchinaMed Junior
Comprimidos

Alivia los síntomas del resfriado y la gripe

EchinaMed Junior, comprimidos

Composición: 1 comprimido [Aprox. 300 mg] contiene: 380 mg de tintura (Relación droga extracto (1:12-13) (como extracto seco) de la parte aérea fresca de *Echinacea purpurea* (L.) MOENCH Equivalente en planta seca: 32 mg por comprimido. Solvente de extracción: etanol 65%V/V (57%om/m) 20 mg de tintura (Relación droga extracto (1:1-11-12) (como extracto seco) de la raíz fresca de *Echinacea purpurea* (L.) MOENCH Equivalente en planta seca: 1.8 mg por comprimido. Solvente de extracción: etanol 65%V/V (57%om/m). Excipientes de declaración obligatoria: Un comprimido de 300 mg contiene 266,15 mg de sorbitol. **Lista de excipientes:** Sorbitol Betaciclodextrina Sílice coloidal anhidra, estearato de magnesio de origen vegetal, saborizante de naranja de origen natural. **Indicaciones terapéuticas:** Es un medicamento tradicional de plantas para aliviar los síntomas del resfriado y la gripe, basado exclusivamente en su uso tradicional. **Posología:** Adolescentes mayores de 12 años: 2 comprimidos, 3 a 5 veces al día. Niños de 6 a 12 años: 1 comprimido, 3 a 5 veces al día. No recomendado a niños menores de 6 años. El tratamiento debe comenzar en los primeros síntomas del resfriado. La duración recomendada es de 10 días. Si los síntomas empeoran o persisten, se debe consultar al médico o al farmacéutico. Los comprimidos se deben tomar con agua, antes de las comidas o se pueden deshacer en la boca. Uso oral exclusivamente. **Contraindicaciones:** Este producto no se debe utilizar en pacientes con hipersensibilidad conocida a las plantas de la familia de las Asteráceas (Compuestas) o a algunos de los excipientes del producto. Debido a su actividad inmunoestimulante, los preparados que contienen *Echinacea purpurea* no deben ser utilizados en caso de enfermedades sistémicas progresivas (tuberculosis, sarcoidosis), enfermedades autoinmunes (esclerosis múltiple, colagenosis), inmunodeficiencias. (Infección HIV,SIDA), inmunosupresión (tratamientos oncológicos con citostáticos, trasplante medular o de algún órgano), enfermedades leucocitarias (agranulocitosis, leucemia) y diátesis alérgicas (urticaria, dermatitis atópica, asma). No utilizar en niños menores de un año. **Advertencias y precauciones especiales de empleo:** Si los síntomas empeoran o no se observa mejoría o se produce fiebre alta durante su uso, se debe consultar al médico. Existe posible riesgo de reacción anafiláctica en pacientes atópicos. Los pacientes atópicos deben consultar a un médico antes de utilizar productos a base de *echinacea*. Contiene sorbitol, los pacientes con problemas hereditarios poco frecuentes de intolerancia a la fructosa no deben tomar este medicamento. No se debe aumentar la dosis recomendada. **Interacción con otros medicamentos y otras formas de interacción:** No debe ser utilizado simultáneamente con tratamientos inmunosupresores tales como ciclosporina o metotrexato. **Fertilidad, embarazo y lactancia:** Como medida de precaución y en ausencia de datos suficientes, el uso durante el embarazo y la lactancia no está recomendado. La información disponible de un número limitado (varios cientos) de casos de embarazadas expuestas, indican que no ocurren efectos adversos con los extractos de *echinacea* durante el embarazo ni tampoco en la salud del feto o el recién nacido. No existen datos disponibles con respecto al sistema inmune de recién nacidos. Hasta ahora no se dispone de otros datos epidemiológicos relevantes. Se desconoce el riesgo potencial en estas poblaciones. No se han llevado a cabo estudios clínicos de toxicidad reproductiva. **Efectos sobre la capacidad para conducir y utilizar máquinas:** No se han realizado estudios de los efectos de EchinaMed Junior sobre la capacidad para conducir vehículos y utilizar maquinaria. **Reacciones adversas:** Pueden ocurrir reacciones de hipersensibilidad (erupción cutánea (rash), urticaria, Síndrome de Stevens- Johnson, angioedema de la piel, edema de Quincke, broncoespasmo con obstrucción, asma y shock anafiláctico). La *echinacea* puede desencadenar reacciones alérgicas en pacientes atópicos. Se ha relacionado el uso de preparados de *Echinacea purpurea* con la aparición de enfermedades autoinmunes (encefalitis diseminada, eritema nodosum, inmunotrombocitopenia, Síndrome de Evans, Síndrome de Sjögren con disfunción renal tubular) La frecuencia es desconocida. Si ocurren éstas u otra reacción adversa no mencionada, se debe consultar a un médico o farmacéutico. Notificación de sospechas de reacciones adversas: Es importante notificar sospechas de reacciones adversas al medicamento tras su autorización. Ello permite una supervisión continuada de la relación beneficio/riesgo del medicamento. Se invita a los profesionales sanitarios a notificar las sospechas de reacciones adversas a través del Sistema Español de Farmacovigilancia de Medicamentos de Uso Humano: www.notificaram.es **Sobredosis:** No se ha notificado ningún caso de sobredosificación. **Incompatibilidades:** No procede. **Tamaño del envase:** 120 comprimidos (60 ml) **TITULAR DE LA AUTORIZACIÓN DE COMERCIALIZACIÓN:** Bioforce España A.Vogel, S.A. Platón 6 08021 Barcelona Tel 93 201 99 22 **MEDICAMENTO NO FINANCIADO POR EL SNS PVP 13,85 Eur (IVA inc.)**