



ELENA HERNÁNDEZ, FARMACÉUTICA EN FARMACIA LA FERIA (GRAN CANARIA)

“La boca es la principal entrada de patógenos al organismo”

LA EDUCACIÓN SANITARIA EN CUIDADO BUCODENTAL ES UNA FUNCIÓN BÁSICA EN LA OFICINA DE FARMACIA, YA QUE DIARIAMENTE SE RECIBEN CONSULTAS SOBRE PROBLEMAS QUE AFECTAN A LA SALUD ORAL DE LAS PERSONAS. PRECISAMENTE, EL ABORDAJE DEL CUIDADO BUCODENTAL DESDE LA FARMACIA DEBE SER INTEGRAL Y PERSONALIZADO.



Una boca sana puede prevenir de muchas complicaciones. Los factores de riesgo se basan en una higiene deficiente y miedo a ir al dentista y, finalmente, se desarrolla, en algunos casos, la gingivitis y posterior periodontitis. Hay que advertir de que no hay mejor implante que el propio diente. Para responder a la cuestión de cómo ha de ser el abordaje del cuidado bucodental desde la farmacia; **Elena Hernández**, farmacéutica en Farmacia La Feria (Gran Canaria), ha consultado la ‘Encuesta de Salud Oral en España del año 2020’, la más reciente que tenemos. En dicho trabajo, hallan que un 31,9% de los adultos entre 35-44 años tiene, al menos, una caries, y este porcentaje aumenta al 40,1% en edades de 65-74 años. “No es de extrañar, porque, cuando se les pregunta por el cepillado, a mayor edad menos se cepillan los dientes, siendo este porcentaje aún inferior en los varones”, apunta.

Muchos padres acuden buscando consejo para cuidar la boca de los más pequeños. En relación con los niños, también se encuentran caries en muchos casos. Además, en esta misma consulta, se detalla que el nivel cultural de los padres está estrechamente relacionado con el cuidado bucal, siendo así más elevado el porcentaje de caries en niños cuyas familias tienen menor nivel cultural.

Curiosamente, en dicha encuesta se compara el haber nacido en España frente a haber nacido en el extranjero en relación con la percepción de higiene de la boca y a la necesidad de prótesis dental, verificándose que en nuestro país hay mejor higiene bucodental y menor riesgo de necesitar la prótesis. Por todo esto, *“el abordaje del cuidado bucodental desde la farmacia debe ser integral y personalizado”*.

“Para lograr una sonrisa en nuestro paciente; lo adecuado es brindarle la mejor de nuestras sonrisas, tratarlo con amabilidad y darle la mejor atención farmacéutica posible”, continúa Hernández, que es vocal de Dermofarmacia del COF de Las Palmas. *“Para hacer una buena recomendación dermo debemos conocer muy bien las características de los productos que componen las líneas de cuidado bucal que tenemos en la farmacia, incluyendo sus ingredientes, y saber cuándo recomendarlas”,* dice. Por ejemplo, en pacientes que tengan gingivitis e inflamación, se tienen las opciones de recomendarles pastas y enjuagues con CPC o con Clorhexidina. *“¿Cuál elegiríamos? Debido a que tiene mayor poder para reducir la inflamación y la placa bacteriana, recomendamos, preferiblemente, la clorhexidina. El CPC podemos recomendarlo como protección diaria de cualquier boca sana”,* explica. Propone recordar a los padres que *“el mejor ejemplo para un niño es ver a sus padres cuidar su boca”*. Por tanto, *“podemos recomendarles que deben dar a sus hijos una buena pasta de dientes infantil con flúor, para prevenir las caries, e insistir en el cepillado tres veces al día. Asimismo, deben enseñarlos a que usen un colutorio rico en flúor una vez a la semana con esta finalidad”*.

Los problemas bucodentales más frecuentes

Respecto a los problemas bucodentales más frecuentes, se ve un poco de todo en el día a día de la farmacia. Dolor dental debido a la caries es normal, ya que la pulpa del diente está al descubierto. Inflamación e infección por las caries, con la consiguiente prescripción de antibióticos. Hipersensibilidad dental por tener las raíces al descubierto, que afecta a la calidad de vida del paciente. Y bruxismo, cuyos afectados desarrollan problemas músculo-esqueléticos o cefaleas por rechinar los dientes. *“Podemos recomendarles una férula de descarga nocturna que le haga a medida su dentista y un tratamiento de fisioterapia para que se mejoren”,* declara. Con gingivitis, las encías suelen sangrar, siempre por acúmulo de biofilm en la superficie dental. Aparte de sangrado, hay inflamación, enrojecimiento de las encías, halitosis y mal sabor de boca sin pérdida ósea. *“Es importante explicarle todo esto al paciente y recordarle que debe extremar la higiene oral, ya que la gingivitis todavía es un proceso reversible”,* notifica. Sin olvidarnos de la periodontitis, que es la gingivitis no controlada: hay pérdida de los tejidos de soporte debido al acúmulo de bacterias sobre los dientes, lo que conlleva a que haya diferencias entre la microbiota de la boca, con la consiguiente inflamación generalizada y presencia de distintos marcadores de inflamación a nivel general. El 65% de los mayores de 55 años lo padece, *“que es un porcentaje bastante elevado, y está relacionada con determinadas patologías”*.

Hay algunas formas en la que esta enfermedad se relacione con otras. Pensemos que *“la boca es la principal entrada de patógenos al organismo”,* mientras que *“los dientes son las únicas estructuras que están dentro y fuera del organismo a la vez, de modo que las moléculas inflamatorias y las mismas bacterias de la boca pueden viajar por el individuo, a través del torrente sanguíneo mediante el cepillado, dando problemas en otras localizaciones del cuerpo”*. De hecho, se han llegado a encontrar dichas bacterias en abscesos pulmonares de los mismos pacientes con periodontitis. No hay que olvidar que todo el cuerpo está conectado. Igualmente, han salido varios estudios que relacionan la salud bucal con la Covid.

Estas bacterias pueden provocar alteraciones en el embarazo y bajo peso al nacer de los bebés, y valvulopatías o endocarditis bacteriana. En caso de que el odontólogo valore un posible riesgo de producirse en un paciente cardiópata, probablemente prescribirá antibiótico para prevenir la endocarditis bacteriana.

La periodontitis se relaciona de la misma manera con diabetes, enfermedades cardiovasculares, enfermedades respiratorias como EPOC o neumonía e, incluso, obesidad, síndrome metabólico, Alzheimer, cáncer, artritis reumatoide, etcétera. La relación con la diabetes es

“EL ABORDAJE
DEL CUIDADO
BUCODENTAL
DESDE LA FARMACIA
DEBE SER INTEGRAL
Y PERSONALIZADO”

bidireccional: *“Las moléculas proinflamatorias de la periodontitis empeoran las glucemias y, lógicamente, al tener las glucemias alteradas, se producirá más inflamación y un empeoramiento de la periodontitis”*. El tener periodontitis puede desembocar en que los dientes estén flojos y se muevan. Así, la mordida va cambiando y, con ella, terminará habiendo problemas en las cervicales. Puede afectar psicológicamente a la imagen corporal, porque muchos pacientes tienen miedo de sonreír.

Con todo, desde la farmacia se hace una excelente labor de divulgación y educación sanitaria, tanto haciendo atención farmacéutica en el mostrador, como en las redes sociales. Hasta 2010, la periodontitis era la sexta enfermedad más prevalente en el mundo. Actualmente, la más prevalente del mundo es la caries. *“¡Hablamos de 2,4 millones de personas en el mundo! A medida que envejece la población, las encías se pueden ir retrayendo y van aumentando la incidencia de caries radiculares al dejar la raíz del diente al descubierto”,* manifiesta. Las causas de la caries son un consumo de bebidas azucaradas e hidratos de carbono repetido en el tiempo (la saliva genera un efecto tampón de los ácidos que provoca el consumo de azúcar), la xerostomía (al tener poca cantidad de saliva, no se pueden neutralizar los ácidos de la boca fácilmente) y la retracción de encías (la enfermedad periodontal deja las raíces de los dientes al descubierto y son más vulnerables a las caries). +