

CARIES DENTAL

¿Qué es la caries dental?

La caries es una enfermedad destructiva de las estructuras del diente y es también una de las enfermedades más frecuentes de la especie humana.

¿Por qué se produce?

En el desarrollo de la caries influyen tres factores de riesgo:

- Los azúcares de la dieta.
- Las bacterias de la boca.
- La existencia de dientes susceptibles o predispuestos.

Además, se necesita la colaboración de un cuarto factor, el tiempo, que es indispensable para que los otros factores actúen.

¿A qué edades es más frecuente?

Como decíamos, para que se desarrolle la caries se necesita el factor tiempo, por lo que cuanto más edad tenga un niño, más probabilidades tendrá de presentar caries. No obstante, en la dentición temporal o de leche, puede desarrollarse un tipo de caries particularmente extensa, que afecta prácticamente a todos los incisivos (o paletos) y que suele presentarse en niños alimentados durante largo tiempo con biberón o bien por el uso de chupetes mojados en miel o azúcar.

¿Qué síntomas presenta y cómo evoluciona?

Inicialmente, la lesión se manifiesta como un cambio de color (oscuro o blanquecino) en el esmalte del diente. Cuando la lesión progresa, aparece pérdida de sustancia y socavación del esmalte, lo cual da un aspecto de mancha grisácea. Finalmente, el esmalte se rompe y la lesión se hace fácilmente detectable.

Cuando la caries afecta sólo al esmalte, no produce dolor. Si la lesión avanza y llega al tejido interior del diente, es cuando aparece el dolor, que a veces es intenso y se desencadena al tomar bebidas frías o cítricas. A medida que la infección progresa, se produce el paso a los tejidos blandos que rodean el diente, apareciendo el flemón que buscará salida hacia el exterior a través de la encía.

¿Cómo se diagnostica?

La exploración bucal por parte del pediatra y del odontólogo o estomatólogo es la base del diagnóstico. En ocasiones es necesario, además de la exploración visual, el examen de los dientes mediante sondas o radiografías.

¿Cuál es el tratamiento?

El tratamiento debe ser aplicado por el odontólogo o el estomatólogo y se basa en tres puntos básicos:

- El control de la infección.
- La remineralización de los tejidos.

- El tratamiento de las complicaciones.

¿Qué se puede hacer para prevenir la caries en nuestros hijos?

Hemos visto cómo en el desarrollo de la caries influyen varios factores. Algunos de ellos no se pueden modificar (como la susceptibilidad individual), pero sobre otros sí se puede actuar. Existen diversas medidas preventivas que vamos a tratar de exponer. En cualquier caso, conviene tener presente que el mejor tratamiento es la prevención, y que ésta debe empezar a aplicarse desde los primeros meses de vida de los niños.

1. Medidas dietéticas. Tienen como misión disminuir la materia prima (azúcares) sobre la que actúan las bacterias. Las medidas a aplicar incluyen:

1.1 Disminuir la frecuencia de exposición a azúcares, en lugar de reducir la cantidad total de los mismos.

1.2 Evitar alimentos que se peguen a los dientes (chicles, caramelos blandos), por su permanencia prolongada en las superficies masticatorias.

1.3 Evitar el uso de sacarosa. Utilizar, en su lugar, xilitol y sorbitol que desarrollan una flora bacteriana con menor capacidad cariogena.

1.4. En lactantes, evitar el contacto prolongado de los dientes con la tetina de los biberones (no más de 15-20 minutos por toma). Evitar biberones nocturnos o en la siesta. No endulzar chupetes con miel o con azúcar y evitar la ingesta de zumos de frutas mediante biberón.

1.5. Promover la ingesta de alimentos ricos en fibra (manzana, zanahorias).

2. Higiene dental. Los padres han de asumir la responsabilidad de la higiene bucal hasta que el niño adquiere suficiente destreza. Se emplearán dos técnicas:

2.1. Cepillado dental. Debe iniciarse tan pronto aparezcan los primeros dientes. Se utilizará un cepillo dental apropiado para niños y se seguirá una técnica correcta. No es recomendable emplear pasta dental fluorada e menores de 5-6 años por la tendencia a tragarla que tienen los niños a estas edades.

2.2. Hilo dental. Es útil para eliminar la placa interdental.

3. Fluoración. Es la medida más eficaz en la lucha contra la caries. El flúor se almacena en los dientes desde antes de su erupción y aumenta la resistencia del esmalte, remineraliza las lesiones incipientes y contrarresta la acción de los microorganismos responsables de la caries. El flúor se administra de dos formas:

3.1. Vía general:

3.1.1. Fluoración del agua de consumo. Es el método más eficaz, barato e inocuo. Produce una disminución de la incidencia de caries de hasta el 50%. Es el método recomendado por la OMS.

3.1.2. Suplementación individual. Es el método más eficaz tras la fluoración del agua de consumo. Las dosis que se deben emplear dependen del flúor del agua potable y de la edad de cada niño. Los suplementos se recomiendan desde los 0-6 meses de edad hasta los 13-16 años.

3.2. Vía local: El flúor local o tópico es compatible con suplementos fluorados a partir de los 5-6 años de edad. Además de los dentífricos fluorados, se dispone de colutorios para uso diario o semanal.

Dado que existen múltiples formas de administrar flúor a los niños, es conveniente consultar con el pediatra cuál debe ser la mejor opción para cada niño.

4. Resinas y selladuras. Aplicadas por profesionales, son la medida más eficaz para evitar las caries de fositas y fisuras de las superficies de oclusión. Aquí podemos incluir también las fluoraciones aplicadas en las consultas de odontólogos y estomatólogos.