

**CARIES:**

# Las grandes enemigas de la salud bucal

Aunque son prevenibles y pueden tratarse en sus etapas iniciales, las caries son las afecciones bucodentales más frecuentes. Según un informe de la ONU de 2022, dos mil millones de personas padecen caries en dientes permanentes (a nivel mundial), mientras que 514 millones de niños sufren de caries en los dientes de leche.

Ya sea por falta de tiempo, dinero o por restarle importancia, muchas personas dejan que las caries causen estragos en su salud bucal, daño que en ciertos casos es irreversible y que significa la pérdida de la pieza dental.

¿Cómo detectar a tiempo las caries? Según explica el Dr. Alfredo Silva, académico de la Facultad de Odontología UNAB sede Santiago, "las caries dentales en sus primeras etapas no dan signos ni síntomas que sean fáciles de apreciar. La desmineralización con que comienzan las lesiones de los dientes no duelen, porque el esmalte no tiene terminaciones nerviosas, y visualmente son apenas perceptibles por lo que requiere un examen acucioso por parte de un odontólogo que debe secar los dientes y revisarlos con buena iluminación. Las lesiones de caries pueden visualizarse fácilmente cuando están más avanzadas y solo presentan dolores ante estímulos térmicos o alimentos cuando comprometen la dentina, que es la capa interna del diente".

A la vez, el odontólogo reconoce que las caries no tratadas oportunamente son la principal causa, a nivel mundial, de pérdida de piezas dentales. "Esto se debe a que al progresar van socavando la estructura dental, lo que produce destrucción de la corona e inflamación del nervio (pulpa dental), lo que conlleva dolor intenso que solo puede ser resuelto con tratamientos de conducto (endodoncia) o extracción dental".

También subraya que las caries no se transmiten de un diente a otro ni a otra persona.

¿Qué nuevos materiales y tecnologías están hoy a disposición para el tratamiento de caries dentales? El Dr. Silva enfatiza que la odontología actual ha avanzado mucho en el desarrollo de materiales estéticos y resistentes para restaurar la destrucción provocada por las caries.

"La ayuda de cámaras intraorales facilita el diagnóstico y la comunicación con el paciente, y el uso de escáner intraorales, sumado a impresoras 3D, permiten recuperar piezas dañadas con altos estándares de calidad y rapidez. Otra área que se está desarrollando recientemente es el uso de probióticos para mejorar la microflora y estimular bacterias protectoras, pero aún no está disponible para uso masivo".

**PREVENCIÓN**

Además de advertir que el cepillado dental se debe realizar desde la aparición del primer diente en el bebé, la Dra. Camila Urrejola Badilla indica que "los



Las caries no tratadas oportunamente son la principal causa, a nivel mundial, de pérdida de piezas dentales.



**¿CUÁNDO SE PRODUCEN LAS CARIES?**

Estas se originan cuando la placa bacteriana que se forma en la superficie de los dientes convierte los azúcares libres (de alimentos y bebidas) en ácidos, los que destruyen el diente con el tiempo. Así, la ingesta abundante y continua de azúcares libres, más la exposición insuficiente al flúor y la escasa eliminación de la placa bacteriana por un mal cepillado o falta de higiene bucal, pueden provocar caries, dolor y, en ocasiones, pérdida de dientes e infección.

padres deben ser participes activos del cuidado dental de los niños. Son los adultos quienes tienen que cepillar los dientes de los pequeños, conducta que hay que mantener hasta que los menores aprendan a escribir o a atarse solos los zapatos, en definitiva, hasta que desarrollen una motricidad adecuada".

Además, recomienda "cepillarse los dientes mínimo tres veces al día (con una pasta dental que contenga flúor), ir al dentista dos veces al año, usar diariamente hilo dental para eliminar la placa y los restos de comida que el cepillo no puede alcanzar, idealmente usar también cepillos interdentales, emplear enjuague bucal, limitar el consumo de alimentos y bebidas azucaradas".

También agrega la odontóloga

**¿LA ESTÉTICA POR SOBRE LA SALUD?**

Entre los cirujanos dentistas del país hay consenso de que actualmente existe en Chile una preocupación mayor por la estética dental que por la salud bucal. Al respecto, el académico de la Facultad de Odontología UNAB, afirma: "Efectivamente observamos una mayor preocupación por la estética, la que refleja una mayor valoración de las personas por su apariencia que por su salud, esto es claramente utilizado por la industria de los productos para higiene bucal que promueven sus cualidades de conseguir dientes más blancos, aliento fresco y en tercer término dientes más sanos. Nuestro desafío es conectar esa valoración que hacen los pacientes por su aspecto con la necesidad de mantener dientes y encías sanos".



que "un estudio realizado por la Universidad de Chile, dice que al lavarse los dientes hay que aplicar la estrategia educativa '2x2x2'. Es decir, que el cepillado se realice 2 veces al día, por 2 minutos y con 2 centímetros de pasta. Esto porque un cepillado rápido podría no remover la placa bacteriana, aumentando el riesgo de caries y enfermedades de las encías".

La odontología actual ha avanzado mucho en el desarrollo de materiales estéticos y resistentes para restaurar la destrucción provocada por las caries.