

# Cómo mantener sus dientes y encías saludables:

## Consejos para pacientes con osteoporosis

La osteoporosis es una condición que afecta a muchos pacientes, especialmente a mujeres mayores, y se caracteriza por la reducción de la densidad ósea y por el aumento del tamaño de los espacios óseos, lo que provoca la fragilidad de los huesos. Cada vez hay más evidencia que sugiere que la osteoporosis puede afectar a la enfermedad periodontal (de las encías) y provocar la pérdida de dientes. Esto se debe a que la densidad del hueso que sostiene los dientes puede estar reducida, lo que significa que los dientes ya no tienen una base sólida. El tratamiento adecuado para la osteoporosis, según lo que indique su médico, como la hormonoterapia reconstitutiva, combinada con una buena salud bucal, puede ayudar a contrarrestar los posibles efectos de la osteoporosis en la salud periodontal.<sup>1</sup>



### ¿Qué es la enfermedad periodontal (de las encías)?

Las enfermedades periodontales son infecciones de las encías, los huesos y las fibras que unen los dientes al hueso y los sostienen en la mandíbula. La causa principal de estas enfermedades es la placa, una película pegajosa que se forma en los dientes y contiene bacterias. Si no se retira la placa todos los días con un buen cepillado y el uso de hilo dental, la placa puede fijarse en los dientes y endurecerse hasta convertirse en sarro (cálculos) que a su vez acumula más placa. Las bacterias de la placa liberan toxinas que, junto con las propias defensas del cuerpo contra las bacterias, irritan las encías, causando inflamación e infección. Fumar puede empeorar estos síntomas, especialmente en pacientes con condiciones de salud crónicas como enfermedades cardíacas.

### Los signos comunes de la enfermedad periodontal (de las encías) incluyen:

- Encías rojas e inflamadas que son sensibles al tacto y sangran durante el cepillado y el uso de hilo dental
- Encías que se retraen de los dientes dejando más estructura dental (la corona y/o las raíces) expuesta
- Depósitos de placa de color blanco lechoso o amarillento que generalmente se acumulan entre los dientes
- Pus alrededor de los dientes, junto con sensibilidad e inflamación en el área de las encías, que puede provocar mucho dolor y causar un rápido y grave daño al tejido
- Dientes flojos o sensibles
- Mordida que se siente diferente
- Olor desagradable y nauseabundo de la boca

Si presenta estos síntomas, debe hablar con su dentista o periodoncista.

### ¿Cómo podría afectar la osteoporosis a sus dientes y encías?

Durante los últimos 10 años, la evidencia ha demostrado que la osteoporosis puede afectar la salud bucal y que el tratamiento de la osteoporosis puede tener un impacto positivo en la salud dental y periodontal. A principios de 1999, un estudio de la American Academy of Periodontology (Academia Americana de Periodontología, AAP) indicó que la administración de suplementos de estrógenos a mujeres dentro de los cinco años de la menopausia puede retrasar la evolución de la enfermedad periodontal. Sin embargo, el Dr. Robert Schoor, quien por aquel entonces era Presidente de la AAP, también remarca que: "Si bien el estudio señala otro posible beneficio de la hormonoterapia reconstitutiva, las mujeres también deben tener en cuenta los riesgos. Las mujeres deben hablar con sus médicos para ayudar a determinar si los suplementos de estrógenos son una buena opción para ellas".<sup>2</sup>

Un artículo de investigación de 2001 indica cómo influyen los factores individuales de los pacientes cuando comienza la enfermedad periodontal, y cómo evoluciona. Éstos incluyen una baja densidad ósea en la boca, pérdida ósea provocada por la inflamación causada por infecciones, predisposición genética y otros factores de riesgo (por ejemplo, fumar). La pérdida general de densidad ósea causada por la osteoporosis, incluso en la boca, puede aumentar la susceptibilidad de un paciente a la destrucción que provocan las infecciones, incluyendo la enfermedad periodontal.<sup>3</sup>

Un artículo de investigación de 2006 indica que en los pacientes con enfermedad periodontal que también tienen osteoporosis, existe la posibilidad de que la falta de estrógenos influya en las actividades de las células óseas e inmunitarias de manera tal que se intensifique el avance de la pérdida ósea relacionada con la enfermedad periodontal.<sup>4</sup>

Lo que la mayoría de estos estudios tienen en común es que parecen indicar que la pérdida de masa ósea esquelética relacionada con la osteoporosis aumenta la velocidad de la pérdida ósea en la boca, lo que provoca la rotura y consecuente pérdida de piezas dentales. Aunque existen diferencias en los orígenes de estas dos enfermedades, como se mencionó anteriormente, un creciente número de estudios están demostrando que el tratamiento de la osteoporosis mejora la salud periodontal.<sup>5</sup>

## ¿Qué puede hacer su dentista o periodoncista (especialista en encías) por usted?

Las enfermedades de las encías se consideran cada vez más una complicación relacionada con la osteoporosis. Por lo tanto, es importante que los pacientes con osteoporosis cumplan con sus citas dentales, estén al tanto de las opciones de tratamiento y mantengan informado a su dentista y/o periodoncista acerca de cualquier cambio en su salud dental o general. Si tiene osteoporosis, es conveniente tener en cuenta lo siguiente:

1. Establezca y mantenga una boca saludable. Practique una buena higiene bucal y visite a su dentista regularmente.
2. Asegúrese de que su dentista sepa que usted tiene osteoporosis.
3. Siga atentamente las instrucciones de su médico y dentista cuando le receten medicamentos.

Las primeras etapas del tratamiento pueden incluir raspado de sarro periodontal y de raíz, donde se retira la placa y el sarro de las bolsas alrededor de los dientes y se suavizan las superficies de las raíces. Algunos pacientes pueden necesitar tratamientos adicionales si su enfermedad está más avanzada. Es posible que sea necesario adaptar el tratamiento de los pacientes con osteoporosis específicamente a su condición.

Los pacientes con osteoporosis deben llevar sus medicamentos cuando vayan al dentista, y deben hablar con el dentista sobre su osteoporosis y todos sus medicamentos ya que éstos podrían afectar el tratamiento. Lo más probable es que el dentista y el médico del paciente trabajen juntos para analizar las opciones de tratamiento y determinar el mejor abordaje.

## ¿Qué son los bifosfonatos, y debería preocuparme por ellos?

Los bifosfonatos se utilizan habitualmente en el tratamiento de la osteoporosis y del cáncer que se ha diseminado a los huesos. Los médicos indican una terapia intravenosa con bifosfonatos a pacientes con cáncer que se ha diseminado a los huesos para ayudar a reducir las fracturas y el dolor relacionados. Recientemente, se ha puesto más atención a estos medicamentos ya que han sido asociados, en casos aislados, con una condición conocida como osteonecrosis de la mandíbula (ONJ; por sus siglas en inglés). La osteonecrosis significa literalmente la muerte, o necrosis de hueso, y se ha observado en pacientes oncológicos que se someten a procedimientos dentales invasivos, como implantes dentales o extracciones dentales, mientras reciben tratamiento con bifosfonatos por vía intravenosa. La osteonecrosis de mandíbula puede causar un daño grave, irreversible y a menudo debilitante a la mandíbula.

Los médicos también recetan una dosis de bifosfonatos por vía oral a pacientes con riesgo de osteoporosis para ayudar a retrasar el inicio de la enfermedad al desacelerar la evolución natural de la destrucción de tejido óseo, o para reducir sus complicaciones. Es importante tener en cuenta que los bifosfonatos administrados por vía oral no estuvieron sujetos a recomendaciones recientes de la Administración de Drogas y Alimentos de los Estados Unidos (FDA, por sus siglas en inglés).

La decisión sobre qué tratamiento administrar debe tomarla su dentista o periodoncista, según su mejor criterio, por usted. Sin embargo, debido a las precauciones, es importante informar a su dentista si usted está tomando estos medicamentos.<sup>6</sup>

## ¿Qué puede hacer para mantenerse saludable?

Además de seguir el consejo de su médico, dentista y periodoncista, los pacientes con osteoporosis pueden tomar las siguientes medidas por su cuenta para mantener sus dientes y encías saludables:

- Cepílese después de cada comida y refrigero con un cepillo de dientes de cerdas suaves.
- Use hilo dental al menos una vez al día.
- Si tiene dentaduras postizas, asegúrese de mantenerlas limpias.
- Pida consejos a su higienista, dentista y/o periodoncista sobre cuál es la mejor forma de mantener los dientes y las encías limpias.
- Haga que un profesional le realice una limpieza dental regularmente; dos veces al año para la mayoría de los pacientes. Si tiene enfermedad de las encías, se podrían sugerir limpiezas más frecuentes.
- Si tiene algún problema con sus dientes y encías, infórmele a su dentista para que lo traten de inmediato.
- Hágame saber a su dentista si tiene las encías rojas, le duelen, le sangran o se retraen de los dientes.
- Dígame a su dentista que usted tiene osteoporosis.
- Si fuma, trabaje con su médico para intentar dejar el hábito.

Mantener los dientes y las encías saludables ayudará a contrarrestar los efectos de la osteoporosis en su boca. Los buenos hábitos dentales no sólo ayudan a tener una boca saludable sino también a tener una buena salud general.

## Fuentes

1. American Academy of Periodontology. Gum Disease an Osteoporosis. Available at: <http://www.perio.org/consumer/mbc.osteoporosis.htm>. Última Modificación Oct. 14, 2008.
2. Richard A. Reinhardt, M.D. et. al, Influence of Estrogen and Osteopenia/Osteoporosis on Clinical Periodontitis in Postmenopausal Women, **J of Periodontol**, Agosto de 1999, Vol. 70, No. 8, Páginas 823-828.
3. Wactawski-Wende J. Periodontal diseases and osteoporosis: association and mechanisms. **Ann Periodontol**. 2001 Dic; 6(1):197-208.
4. UH Lerner. Inflammation-induced bone remodeling in periodontal disease and the influence of post-menopausal osteoporosis. **J Dent Res**. 2006 Jul; 85(7):596-607.
5. Tayeb Y, Goultshin J, Fogel M, Schwartz Z. The relationship between osteoporosis, osteopenia and periodontitis. **Refuat Hapeh Vehashinayim**. 2003 Ene;20(1):8-22, 78.
6. American Academy of Periodontology. AAP Statement on Bisphosphonates. Available at: <http://www.perio.org/consumer/mbc.osteoporosis.htm>. Última Modificación Julio 2, 2008.

### Preparado por:

Michael D. Weitzner, D.M.D., M.S.  
Vicepresidente, Desarrollo de Productos  
Clínicos  
UnitedHealthcare Dental  
Marzo 6, 2009

UnitedHealthcare Dental®

La cobertura de UnitedHealthcare Dental® es proporcionada por o a través de UnitedHealthcare Insurance Company o sus afiliadas. Los servicios administrativos son ofrecidos por Dental Benefit Providers, Inc., Dental Benefit Administrative Services (sólo para CA), United HealthCare Services, Inc. o sus afiliadas.



Printed on paper containing recycled material.