

Guía de Salud Bucodental

&

Fibrosis
Quística

RESPIRA SANO,
SONRÍE SANO.

Introducción

A pesar de que existen pocos estudios sobre este tema, hay múltiples indicios que sugieren una relación directa entre la proteína CFTR (gen regulador de la conductancia transmembrana de la fibrosis quística) y la salud bucodental, aunque a veces haya opiniones diferentes sobre ello.

Hace cincuenta años era casi impensable considerar esta conexión, ya que las investigaciones en ese momento se centraban en la esperanza de vida.

Sin embargo, en las últimas décadas los avances en investigación han sido extraordinarios y, con las nuevas terapias disponibles, se habla de una vida casi normal para la mayoría.

Esto ha llevado a que la lucha no sea solo por salvar las vidas de aquellas personas con fibrosis quística, sino también de mejorar su calidad de vida.

Antes, la salud bucodental era una preocupación menor, pero con el tiempo, hemos comprendido que la boca desempeña un papel crucial en el desarrollo de otras enfermedades en nuestro organismo, además de tener efectos positivos en el bienestar psicológico.

Este documento no pretende abarcar toda la información sobre el tema, que es bastante amplio. Nuestro objetivo es iluminar a cada lector/a, ayudando a las familias y a los equipos profesionales a entender que sí existe una conexión que debe ser considerada en el tratamiento multidisciplinario de la fibrosis quística, ya que muchas patologías dentales pueden evitarse a través de un proceso de prevención adecuado.

La salud bucodental es otro de esos aspectos que podemos intentar mejorar, junto a la alimentación y el ejercicio físico.

La Salud Dental en Fibrosis Quística

La salud bucodental en personas con fibrosis quística (FQ) se ve afectada de diversas maneras, por lo que su manejo y prevención son esenciales para mejorar su calidad de vida.

Aunque se conoce poco sobre la relación entre la proteína CFTR y la salud bucodental, está establecido que influye en la formación del esmalte dental y en la producción de saliva. Además, el tratamiento de la fibrosis con inhaladores y antibióticos tiene un impacto significativo en el posible desarrollo de enfermedades dentales en personas con esta condición.



¿Cómo afecta el tratamiento inhalado a la boca?

El uso frecuente de inhaladores impacta negativamente en la salud dental, ya que disminuye el pH de la boca, lo que puede propiciar la aparición de caries y la desmineralización dental.

Entre los efectos secundarios de los inhaladores se incluyen:

- Caries
- Erosión dental
- Gingivitis
- Xerostomía (boca seca)
- Candidiasis
- Halitosis

Y otros más.





Consejos para mantener una buena salud bucal en general, y al usar inhaladores

1. Enjuáguese la boca con agua después de realizar el tratamiento inhalado. Esto ayuda a eliminar cualquier residuo de medicación. Para lavarse los dientes debe esperar 20 minutos, así evitamos dañar los dientes con las partículas del medicamento.

2. Manténgase hidratado.

3. Mantenga una buena higiene bucal.

- Cepíllese los dientes al menos dos veces al día con pasta dental que contenga flúor.

Utilice hilo dental diariamente para eliminar la placa y los restos de alimentos entre los dientes.

Considere utilizar un enjuague bucal sin alcohol para prevenir la sequedad bucal y SIN CLORHEXIDINA, si no es necesario, ya que puede teñir los dientes.

4. Utilice una cámara espaciadora con su inhalador.

5. Visite a su dentista al menos dos veces al año para limpiezas y revisiones.

6. Controle los síntomas del reflujo gastroesofágico.

- Si sufre de reflujo, consulte a su especialista para obtener estrategias de manejo. Evite alimentos y bebidas ácidos y no se cepille los dientes inmediatamente después de un episodio de reflujo, ya que esto puede dañar aún más el esmalte debilitado.

7. Evite alimentos azucarados y ácidos.

- Limite el consumo de bollería industrial, bebidas con gas y frutas cítricas, ya que estos pueden contribuir al desarrollo de caries y a la erosión del esmalte.

8. Respire por la nariz siempre que sea posible.

- Practique la respiración nasal siempre que pueda y sea consciente.

9. Mantenga una buena higiene de la lengua.

- Use un raspador de lengua o un cepillo de dientes para limpiar suavemente su lengua. Esto ayuda a eliminar las bacterias y hongos.

¿De qué manera impactan las enfermedades periodontales en nuestros pulmones?

Hay estudios que dicen que las personas con fibrosis quística tienden a acumular sarro con mayor facilidad. Uno de los problemas más relevantes que provoca esta acumulación de sarro es la enfermedad periodontal.

A medida que la enfermedad periodontal avanza puede afectar al hueso y al periodonto, lo que da lugar a una periodontitis. Es fundamental comprender que la enfermedad periodontal abarca más que solo las encías.

Los microorganismos que se encuentran en las infecciones periodontales pueden ser aspirados y colonizar el tracto respiratorio. De esta manera, la enfermedad periodontal no solo incrementa la carga bacteriana en los pulmones, sino que también puede provocar una respuesta inflamatoria sistémica.

Etapas de la salud bucodental en la fibrosis quística

LACTANTES

En las personas lactantes, aunque todavía no hayan erupcionado los dientes, es crucial mantener una buena higiene oral.

Los recién nacidos suelen experimentar un alto grado de reflujo, lo que hace que la boca de los bebés sea más ácida y propensa a la acumulación de bacterias del tracto digestivo. Estas bacterias pueden ser aspiradas, lo que resalta la importancia de cuidar la salud bucal desde temprana edad.



Uso de enzimas pancreáticas en lactantes

El uso de enzimas pancreáticas en lactantes puede contribuir a la aparición de úlceras (llagas) en la boca e irritación de la mucosa oral, especialmente si los gránulos de Kreón se mastican o se mantienen demasiado tiempo en la boca. Para aliviar estos síntomas, se recomienda enjuagar la boca con agua o suero oral después de dar la medicación, lo cual puede ser útil ante los primeros signos de irritación.



Dientes de leche

Existen estudios que muestran que los problemas del esmalte ocurren con más frecuencia y más gravedad en personas con FQ que en aquellas sin FQ.

Los investigadores creen que los cambios en el gen regulador transmembrana de la fibrosis quística (CFTR) juegan un papel importante en la formación del esmalte.

Y, aunque la enfermedad no esté directamente relacionada con problemas dentales, la mala absorción de nutrientes también es un factor crucial en la futura aparición de problemas, tanto en la dentición temporal como en los dientes permanentes.

EDAD INFANTIL

Importancia del cuidado dental en niños y niñas

Una vez que los primeros dientes aparecen, es esencial comenzar a cepillarlos con una pasta de dientes fluorada adecuada para su edad. Se recomienda no enjuagar la pasta de dientes de inmediato, especialmente por la noche, para permitir que actúe en la boca del niño.

Es recomendable que apoyemos a nuestros hijos en el cuidado de su salud bucodental hasta que estén preparados para asumir esa responsabilidad por sí mismos.

Señalar que los niños deben cepillarse los dientes bajo supervisión hasta aproximadamente los siete años de edad, siempre creando un buen ambiente y fomentando el cepillado dental a través del ejemplo de los adultos y el juego.

Además, es fundamental controlar una dieta baja en azúcares y carbohidratos para prevenir caries y otras enfermedades relacionadas, como la diabetes.

ADOLESCENCIA

La adolescencia es una etapa llena de cambios que resulta aún más compleja para quienes padecen Fibrosis Quística y sus familias. En esta etapa la adherencia a los tratamientos representa uno de los mayores desafíos.

Importancia de la ortodoncia

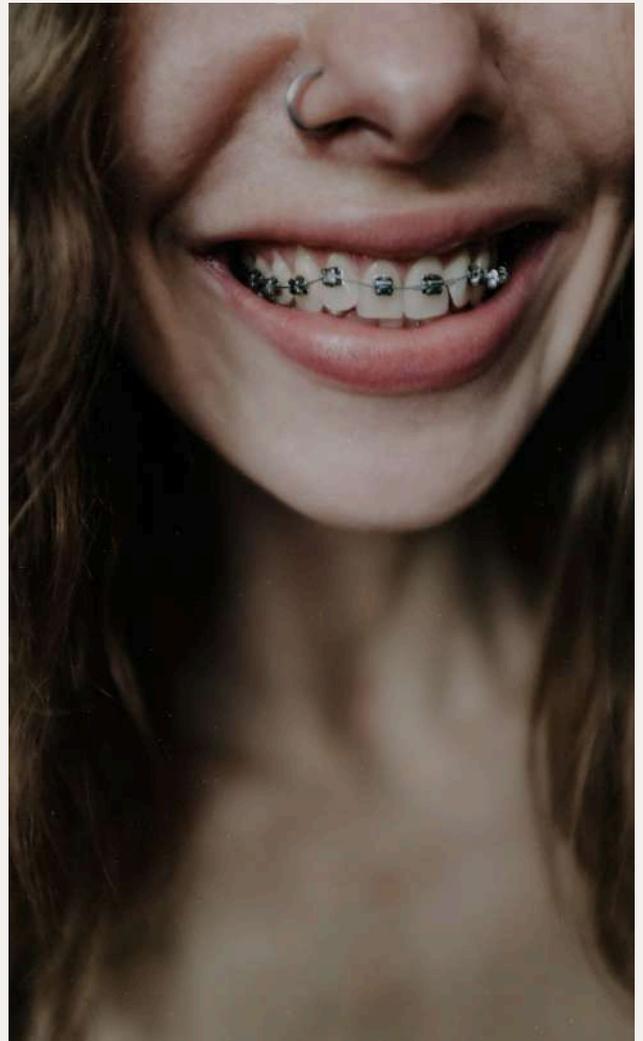
La ortodoncia se presenta como una opción común y recomendable en esta fase, ya que una correcta alineación dental facilita la higiene oral y puede prevenir complicaciones futuras. Sin embargo, el uso de brackets u otros métodos de alineación dental puede dificultar el mantenimiento de una buena higiene oral, lo que lleva a muchos adolescentes a descuidar su rutina dental.

Desafíos adicionales

La situación se complica aún más en casos de hospitalizaciones frecuentes, lo cual puede afectar el compromiso de estas personas con su tratamiento de ortodoncia.

Además, las molestias dentales pueden interferir con la fisioterapia respiratoria.

Por esta razón, antes de tomar una decisión sobre si ponerse los brackets o no, es fundamental mantener una comunicación abierta entre ortodoncista y paciente. Esto requiere un compromiso a largo plazo de todas las partes involucradas, así como flexibilidad con las citas y un buen conocimiento de la enfermedad por parte de la clínica.





EDAD ADULTA

Las personas adultas con fibrosis quística suelen sentir una mayor ansiedad al asistir a sus citas dentales. Las clínicas odontológicas pueden representar un riesgo potencial de contagio de bacterias para estas personas, por lo que es fundamental comentarlo con el odontólogo. Así, la clínica podrá implementar medidas adecuadas para la persona con FQ y esta se sentirá mas segura.

Conversaciones para tener con su dentista

- Hable con su dentista sobre su diagnóstico de Fibrosis Quística.
- Proporcione a su dentista su historial médico y una lista de medicamentos actualizada.
- Solicite la primera cita del día para minimizar su exposición a aerosoles y posibles infecciones.
- Es recomendable indicar que no puede coincidir con otras personas que también tengan FQ.
- Pida una desinfección exhaustiva del consultorio.
- Mantener una posición vertical o semivertical en el sillón dental puede facilitar la limpieza de las vías y ayudar a evitar dificultades respiratorias.
- En caso de necesitar toser o interrumpir el procedimiento, puede acordar una señal con su dentista como levantar la mano.

Afectaciones bucodentales comunes en personas con fibrosis quística

Una de las afecciones bucodentales más frecuentes en quienes padecen fibrosis quística es la xerostomía o síndrome de la boca seca. Este trastorno complejo se caracteriza por una disminución en la producción de saliva. En fibrosis quística, al igual que el resto de glándulas del cuerpo, las salivales también se ven afectadas, lo que genera una sensación constante de boca seca y, en ocasiones, ardor.

Asegúrese de beber suficiente agua a lo largo del día para combatir la sequedad bucal. Masticar chicle sin azúcar puede ayudar a estimular la producción de saliva y en la farmacia existen sprays de saliva artificial que también pueden ser de ayuda.

PERSONAS TRASPLANTADAS

La importancia del cuidado bucal en el trasplante pulmonar

El cuidado de la boca y las encías es crucial tanto antes como después de un trasplante bipulmonar. Durante este tiempo, los pacientes a menudo están intubados durante períodos prolongados y hospitalizados, lo que dificulta la higiene oral. Además, es vital reducir cualquier foco de infección en el cuerpo y prevenir la entrada de bacterias.

Recomendaciones para el cuidado oral pre y post trasplante

- Realizar visitas regulares al dentista.
- Cambiar el cepillo de dientes con frecuencia.
- Cepillado dental al menos 2 veces al día.
- Usar hilo dental al menos una vez al día.
- En ocasiones se necesitan enjuagues bucales antimicrobianos para ayudar a prevenir infecciones orales después del trasplante. Consulte con su especialista.

Los fármacos inmunosupresores administrados después de los trasplantes de tejidos u órganos incrementan la probabilidad de infecciones o el deterioro de condiciones preexistentes.

Es recomendable no someterse a ninguna limpieza o tratamiento dental en los primeros tres meses después de someterse a un trasplante.

Por lo tanto, mantener una buena salud bucal es un aspecto fundamental antes de someterse a una cirugía.



Conclusión

Como se menciona en esta guía, las rutinas son esenciales para garantizar una buena higiene oral y prevenir activamente enfermedades bucodentales en todas las etapas de la vida.

Investigaciones han resaltado avances positivos en el tratamiento de la salud dental en personas con fibrosis quística; logros que se deben principalmente a la educación continua y a las estrategias de prevención implementadas en los últimos años.

Es importante resaltar la colaboración interdisciplinaria entre profesionales, lo que ha permitido un enfoque más integral en el tratamiento de las personas con fibrosis quística. Además, el uso de nuevas terapias y tratamientos disponibles ha sido fundamental para dicha mejora.

En resumen, aunque aún existen desafíos, el panorama es cada vez más prometedor gracias al compromiso de los equipos profesionales de la salud y a la creciente conciencia de las personas con FQ y sus familias sobre la importancia de cuidar también la salud bucodental.

Tener una boca sana es una parte esencial de una buena calidad de vida.



Webgrafía

- [Oral Care Recommendation for Cystic Fibrosis Patients-Recommendation for Dentists - PMC](#)
- [https://www.cysticfibrosisjournal.com/article/S1569-1993\(18\)30935-4/fulltext](https://www.cysticfibrosisjournal.com/article/S1569-1993(18)30935-4/fulltext)
- <https://www.nature.com/articles/s41415-024-8269-8>
- <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0300571220302566>
- <https://cystic-fibrosis.com/clinical/teeth-effect>
- <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC3213714/>
- <https://asthmafriend.com/asthma-and-oral-health-understanding-the-connection-and-prevention-tips/>
- <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC9146407/>
- <https://www.cfireland.ie/about-cf/oral-health-and-cystic-fibrosis>
- <https://cdho.org/factsheets/cystic-fibrosis/>
- <https://mydentisthub.com/oral-hygiene-tips-for-people-with-cystic-fibrosis/>
- https://www.rbht.nhs.uk/sites/default/files/Cystic%20fibrosis%20guidelines/CF%20G%202023/CF%20guideline%202023%20FINAL_081223.pdf
- <https://trasplantedeorganos.com/blog/la-importancia-de-la-higiene-dental-despues-del-trasplante#:~:text=Es%20importante%20evitar%20el%20contacto%20con%20personas%20que,ayudar%20a%20prevenir%20infecciones%20orales%20despu%C3%A9s%20del%20trasplante.>
- <https://revistasanitariadeinvestigacion.com/manejo-odontologico-del-paciente-con-fibrosis-quistica/>
- <https://clinicadentalcalvarro.es/fibrosis-quistica-odontopediatra/>
- <https://urgencias-dentales.es/uso-de-inhaladores-y-sus-efectos-sobre-la-salud-bucal/>
- <https://www.consalud.es/dentalia/pacientes-casos/afectados-por-fibrosis-quistica-padecen-mayor-acumulacion-sarro-riesgo-periodontitis.html>
- <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC7656210/>
- <https://dimensionsofdentalhygiene.com/article/treating-patients-with-cystic-fibrosis/>
- <https://magnascientiapub.com/journals/msarr/sites/default/files/MSARR-2021-0090.pdf>