

La caries constituye actualmente la enfermedad crónica más frecuente en el ser humano. Es una enfermedad caracterizada por reacciones químicas y microbiológicas que llevan a la destrucción total del diente, avanzando desde la superficie hasta su interior.

La caries va evolucionando progresivamente hasta llegar a un estadio en que la única solución es la extracción de la pieza.

### ¿Cómo se origina una caries?

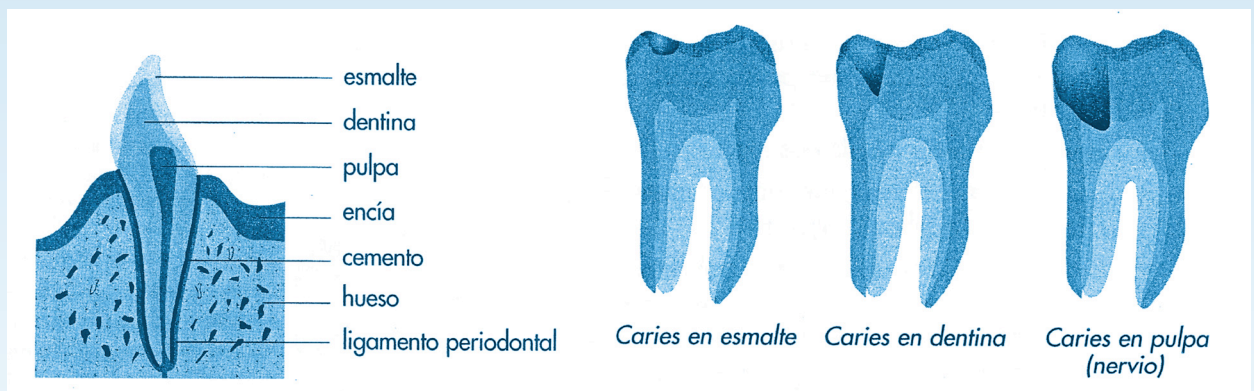
La caries es una enfermedad en cuyo origen intervienen múltiples factores que actúan simultáneamente:

- Bacterias (microorganismos), que son capaces de transformar los hidratos de carbono (azúcares) de los alimentos, en ácidos, lo que produce una desmineralización progresiva del diente que va destruyendo los tejidos duros del mismo.
- Placa dentaria: Es un conjunto de productos químicos pegajosos, procedentes de la saliva y de residuos alimentarios. Permite que las bacterias se adhieran íntimamente a la superficie del diente, pudiendo producir así su acción destructora.

El conjunto de ambos factores, placa dentaria o matriz y bacterias, recibe el nombre de placa bacteriana.

### Evolución de una caries

El diente está constituido por tres tejidos duros –esmalte, dentina y cemento radicular- y por uno blando –la pulpa o nervio-. Los dientes se alojan en el hueso de los maxilares; entre éste y el diente existe un tejido blando, denominado ligamento periodontal.



La caries evoluciona en distintas fases:

- En primer lugar afecta a los tejidos duros, es decir, al esmalte o al cemento (este último en las caries de raíz.)
- A partir de ahí, avanza llegando hasta la dentina, y posteriormente hasta la pulpa o nervio.
- Si sigue progresando, avanzará por el canal de la raíz, hasta afectar al ligamento periodontal, al hueso que sujeta al diente y a los tejidos blandos de alrededor.

### Síntomas de una caries

La caries es un proceso indoloro hasta que llega a estados avanzados, con afectación de la pulpa o nervio. De ahí, la importancia de no esperar a que se produzca dolor para acudir al dentista.

Inicialmente se detecta como manchas o puntos oscuros, o como zonas de color blanco-tiza. Otras veces se produce cierta sensibilidad con alimentos o bebidas frías o calientes, o también con algunos dulces.

En ocasiones, si la caries evoluciona muy lentamente, puede llegar a estados muy avanzados, con gran afectación pulpar, sin que haya existido nunca dolor.

### **Tratamiento de la caries**

El tratamiento de la caries depende de la fase de evolución en la que se encuentre:

- Las caries superficiales o incipientes, que no han afectado al nervio, se tratan por medio de obturaciones (empastes), bien de tipo estético con composites o resinas, o de amalgama de plata, según los casos.
- Las caries profundas con afectación del nervio se tratan con endodoncias, en las que se saca el nervio del diente, limpiando bien todo el tejido afectado en su interior.
- Sólo en los casos en los que no es posible realizar una endodoncia se practica la extracción dentaria.

### **Prevención de la caries**

La prevención de las caries se basa en tres líneas de actuación:

#### **Aumentar la resistencia del diente frente a la caries**

##### **• Aplicación de flúor**

El flúor aumenta la resistencia del esmalte del diente a los ácidos que producen las bacterias de la placa bacteriana.

Puede aplicarse de dos modos:

- Flúor sistémico, ingerido en forma de agua fluorada, tabletas o gotas.
- Flúor tópico, aplicado sobre la superficie del diente. Puede utilizarse como dentífrico, aplicado directamente por el paciente en su domicilio, o en gel, aplicado por el dentista en la consulta, siendo recomendable hacerlo, por lo menos, una vez al año.

##### **• Selladores de fisuras**

Son sustancias colocadas por el dentista, que recubren los surcos profundos de los dientes (en los cuales no pueden penetrar las cerdas de los cepillos dentales) con una fina capa de material plástico. Esta capa impide la entrada de restos de alimentos y microorganismos, previniendo así la aparición de caries.

#### **Evitar las causas que producen caries**

##### **• Control de la dieta**

Los principales alimentos productores de caries son aquéllos en cuya composición participan los denominados hidratos de carbono (azúcares). Se ha comprobado que lo importante no es la cantidad de hidratos de carbono ingeridos a lo largo del día, sino con qué frecuencia y en qué momento se ingieren, así como su consistencia.

Así, los alimentos blandos y pegajosos son más peligrosos que los sólidos no pegajosos; éstos, a su vez, son más peligrosos que los líquidos, porque se pegan más al diente.

De igual modo, son más peligrosos si se ingieren aislados entre comidas que durante éstas, y sobre todo si se ingieren antes de acostarse, ya que por la noche disminuye la cantidad de saliva que se segrega y, por tanto, la acción de limpieza de ésta es menor.

Si se consumen hidratos de carbono en exceso será necesario realizar un cambio en la dieta. Son muchos los alimentos que pueden sustituirlos sin perjudicar al diente, sobre todo para poder picar entre horas (nueces, avellanas, cacahuetes, almendras, maíz frito, etc.).

#### • Control de los microorganismos causales

Es fundamental remover la placa bacteriana adherida al diente por medio de un cepillado adecuado después de cada comida y, sobre todo, antes de acostarse. Sin embargo, las cerdas de los cepillos de dientes son demasiado gruesas para penetrar en los espacios entre dos dientes. Para evitar la retención de placa bacteriana en estas zonas, conviene que su dentista le enseñe a manejar la seda dental.

Como técnica coadyuvante, siempre prescrita por su dentista, en determinadas ocasiones se pueden realizar enjuagues con colutorios antisépticos para ayudar a disolver la placa bacteriana.

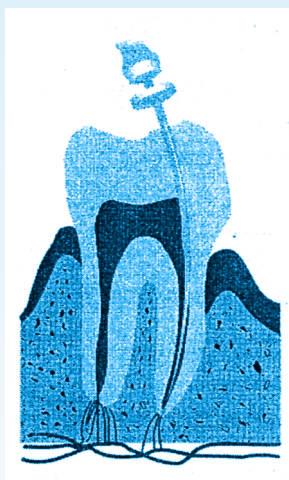
#### Tratamiento precoz de las caries incipientes

Para poder tratar las caries incipientes es necesario realizar revisiones periódicas en las que el dentista detectará las lesiones que se estén iniciando en los dientes y deban ser tratadas.

#### La endodoncia: una posibilidad antes de la extracción

Existe un miedo desproporcionado a la endodoncia ("matar el nervio") en comparación con el que se tiene a otro tipo de tratamientos que se realizan en la boca.

Este condicionamiento provoca a menudo que los pacientes muestren una ansiedad extrema ante la posibilidad de que se les practique una endodoncia, y que soliciten la extracción como alternativa.



La desvitalización es un tratamiento que consiste en quitar el nervio de la pieza dentaria limpiando meticulosamente el conducto donde éste se aloja en la raíz.

Es un procedimiento que, realizado bajo una correcta anestesia local, es indoloro, y permite reconstruir y conservar piezas dentarias que de otra forma habría que extraer.

Se practica introduciendo en el conducto del nervio una serie de limas de un tamaño cada vez mayor con lo que, tras extraer el nervio, se va limpiando la pared del canal de los posibles restos de infección que quedan adheridos.

Posteriormente se rellena el conducto con materiales especiales sellándolo completamente, lo que da solidez estructural a la raíz y evita la posible contaminación del hueso a través del conducto.

Durante todo el proceso se van realizando radiografías para determinar con exactitud la longitud de la raíz y eliminar completamente todo el nervio y los restos de infección, si los hubiere.