

¡No tengamos miedo a ir al dentista!

Stephanie GRENE

Los problemas bucodentales son más frecuentes, e incluso más graves, entre las personas seropositivas. Sin un cuidado diario, las consecuencias pueden derivar en infecciones bacterianas, pérdida de dientes, dolor y dificultad para alimentarse que puede conducir al adelgazamiento. Es aconsejable visitar al dentista dos veces al año para un control rutinario y consultarle en cuanto aparezca un problema bucodental, aunque parezca poco importante y *no sea doloroso*. El control dental consiste en una comprobación minuciosa de los dientes y de la boca. El dentista puede llegar así a descubrir lesiones asociadas al VIH y presentes en la mucosa de la boca. Por ejemplo, durante la toma del DDC, o más raramente del DDI, se pueden desarrollar grandes aftas (llagas), de un diámetro superior a 5 mm., sobre la mucosa de la boca o de la garganta. Es un proceso muy doloroso que puede llegar a provocar disfagia (dificultad para tragar). El uso de baños de boca o de algunos geles que nos recomendará nuestro dentista pueden aliviarnos.

Sea cual sea el estadio de la infección por VIH y la importancia de la patología, el tratamiento es posible y aconsejable. Hoy en día, gracias a los progresos de la anestesia local, la casi totalidad de tratamientos y cuidados dentales pueden efectuarse sin dolor.

LOS DIENTES

Respecto a los dientes, la patología clásica es la caries en todos sus niveles. Una caries es un ataque que sufre el diente por las bacterias presentes en la placa dental. Dichas bacterias empiezan agrediendo al esmalte del diente; más adelante y si no hay tratamiento, a la dentina y, final-

mente, a la pulpa. Sólo los dos últimos estadios son dolorosos. Algunos medicamentos como los antidepresivos, o drogas como la heroína, reducen la producción de saliva, y favorecen el descuido de la higiene dental propiciando la aparición de caries. A menudo, los usuarios de drogas consultan al dentista sólo cuando sienten dolor. Hay que saber que en tales casos, frente a unos dientes o encías muy estropeados, el dentista no puede efectuar un tratamiento completo y eficaz en una sola sesión. Serán necesarias varias visitas.

El tratamiento siempre es posible, independientemente de otras enfermedades que presente el paciente, y se hará en función de la gravedad, pero siempre bajo anestesia local. Si la pulpa está afectada, seguramente habrá que desvitalizar el diente (matar el nervio) después de haber quitado la caries. Si ésta es voluminosa, será preciso poner una prótesis (corona). En los casos

extremos, será necesaria la extracción.

Antes de un acto de cirugía dental es conveniente realizar un análisis sanguíneo. Un grado anormalmente bajo de plaquetas (responsables de la coagulación) podría desembocar en un sangrado abundante durante la intervención que, en este caso, debería posponerse. Ante pacientes fuertemente inmunodeprimidos es pertinente la receta de antibióticos antes de la intervención, con el fin de evitar una infección.

LAS PROTESIS DENTALES

Algunas personas considerando que su esperanza de vida es limitada, se preguntan "¿para qué gastar dinero en una prótesis dental?". El primer objetivo de una prótesis no es de orden estético, aunque tiene su importancia, sino permitir al paciente que pueda comer sin molestia ni dolor. Así, la inversión que representa una prótesis dental puede revelarse muy rentable en términos de salud. Existen dos

grandes tipos de prótesis: fija, que como su nombre indica no se quita, y móvil, la que se debe quitar después de cada comida y ser cepillada cuidadosamente.

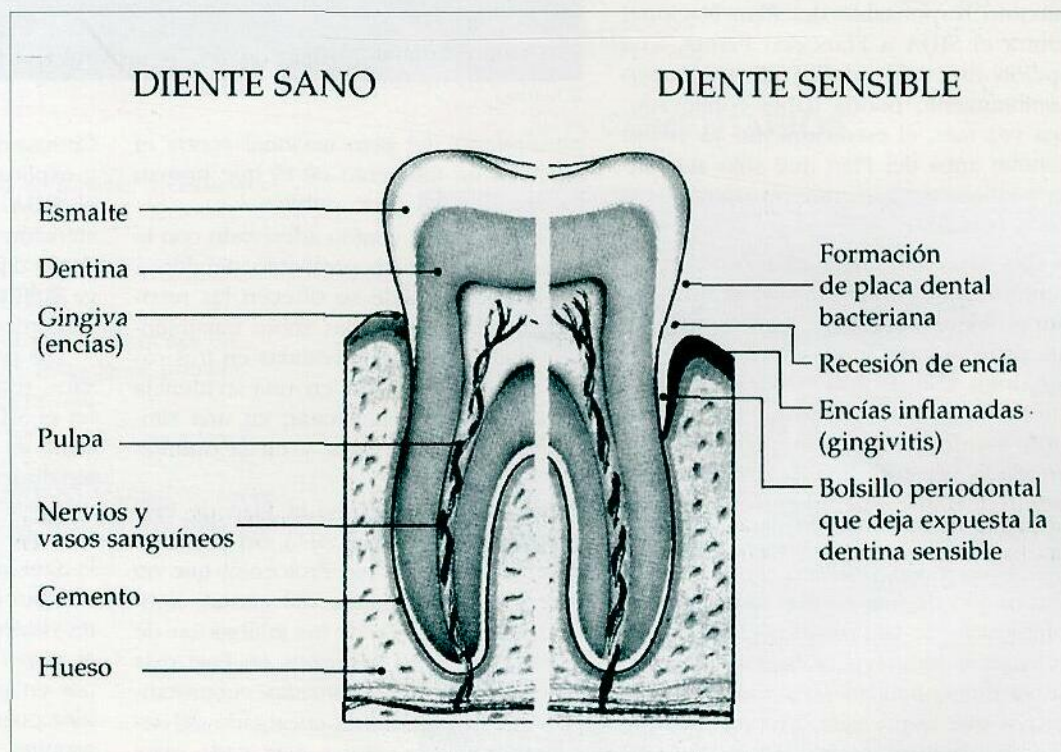
En cualquier caso, se pueden considerar otras soluciones para proteger los dientes estropeados o reemplazar las piezas extraídas.

GINGIVITIS Y PERIODONTITIS

Numerosos pacientes seropositivos presentan manifestaciones a nivel del periodonte (hueso alveolar recubierto por la encía). Las bacterias presentes en la placa dental son las responsables de la patología.

Se presentan dos estadios:

- La gingivitis, que es una inflamación de la encía situada en el borde del diente, con frecuencia dolorosa. La encía se vuelve roja y brillante, y sangra con el roce. Pese a ello, es importante seguir limpiándose bien los dientes para evitar la proliferación de bacterias. Cuando se padece gingi-



vitis es prudente consultar al dentista.

- La periodontitis, de la que existen formas más o menos graves, supone una evolución patológica de la gingivitis, un ataque al hueso que se destruirá junto con la encía. La raíz de los dientes puede aparecer desnuda y visible. Esta patología es frecuentemente dolorosa.

Entre las personas seropositivas la periodontitis puede empezar de forma repentina y agravarse rápidamente. A veces, la encía presente en el espacio entre los dientes se vuelve gris y desaparece. Por lo general, el aliento tiene un olor fétido y, a menudo, se siente dolor. En estos casos hay que consultar con urgencia al dentista.

El tratamiento, que comporta generalmente cuidados locales, antibióticos y antiinflamatorios, debe ponerse en marcha lo más rápido posible, ya que algunos daños pueden ser irreversibles. La mejor solución consiste en intentar prevenir la patología que se debe a bacterias particularmente virulentas.

TRATAMIENTOS Y PREVENCIÓN

Bien sea para las enfermedades del diente o del periodonto, la prevención sigue siendo la palabra maestra. La placa dental y el sarro son responsables de los problemas que hay que eliminar. La placa dental es un depósito blando y visible sobre el diente unas horas después de un cepillado eficaz. Se compone de partículas alimenticias y azúcares mezclados con la saliva. Se deposita entre los dientes y en la unión del diente con la encía. La placa dental constituye la fuente de alimentación para las bacterias que suelen estar presentes en la boca. Si no se elimina, las bacterias se multiplican rápidamente. Su elevado número es el responsable de la caries y de las enfermedades del periodonto. Si la placa dental no se elimina se

transformará en una sustancia dura: el sarro.

Para conseguir quitar la placa dental sólo existe una solución: usar el cepillo de dientes tres veces al día tras las comidas. En cuanto al sarro, sólo la acción mecánica efectuada por el dentista puede conseguir eliminarlo totalmente.

Para las enfermedades del periodonto el dentista deberá efectuar tratamientos complejos, con el fin de eliminar los depósitos de placa existentes en partes que no le son accesibles. Podrá también recetar complementos de limpieza como hilo dental, colutorios, etcétera.

En el ámbito de la prevención el dentista tiene también como papel descubrir y tratar los focos infecciosos, es decir, los lugares donde las bacterias pueden proliferar: caries incipientes escondidas, antiguos empastes o reconstrucciones dentales mal hechas o que han envejecido, muelas del juicio e, incluso, el espacio interdental donde fermentan los alimentos.

RELACION PACIENTE-DENTISTA

Hace varios años las personas seropositivas tenían grandes dificultades para encontrar a un dentista que aceptara cuidarles. Incluso en la red pública, numerosos dentistas lo ignoraban todo sobre el VIH y reaccionaban con el rechazo. Hoy día, la situación no es

perfecta pero ha evolucionado favorablemente de modo considerable. Los colegios profesionales y las autoridades públicas contribuyeron en la labor de informar a los estomatólogos. No obstante, si se tienen problemas para encontrar a un dentista, se puede pedir una dirección a su médico de cabecera o llamar a la asociación contra el SIDA más cercana.

¿Se ha de comentar al dentista que se es seropositivo/a? No es obligatorio pero es preferible si queremos beneficiarnos de un buen seguimiento o tratamiento bucodental. Si el dentista conoce el contexto médico general está en condiciones de diagnosticar con precisión, proponer cuidados adecuados y adaptar el tratamiento. Del mismo modo, puede contactar con el médico cuando sea preciso coordinar los cuidados.

Por otro lado, hay que saber que la vestimenta del dentista -guantes, mascarilla, bata y gafas- no obedece a discriminación alguna, sino que forma parte de las reglas de prevención universales, del mismo modo que el uso de material desechable y la esterilización del instrumental que es capaz de destruir los virus (por solución química y calentamiento a alta temperatura). Estas precauciones, que debieran aplicarse con todos los pacientes, protegen tanto al profesional como al paciente, evitando que las bacterias y los virus (VIH, hepatitis...) se transmitan de uno a otro. No obstante, algunos dentistas que llevan mucho tiempo ejerciendo se han acostumbrado a trabajar sin guantes y afirman que con ellos se sienten torpes. En todo caso, un dentista que considera que no puede atender a un paciente debe orientar a éste hacia uno de sus colegas y asegurarse de que aceptará tratarle.

Si se es víctima de una discriminación se puede dirigir a la Asociación contra el SIDA más próxima.

ALIMENTACIÓN

He aquí algunas sugerencias alimenticias para cuando se siente dolor en los dientes:

-hacer varias pequeñas comidas;

-evitar los alimentos muy calientes o muy fríos. Los ligeramente frescos pueden ser calientes;

-evitar las especias fuertes y los condimentos picantes;

-diluir con agua los zumos de frutas ácidas -cítricos como la naranja, el limón o el pomelo -;

-evitar los alimentos secos, duros o fibrosos como los cacahuetes o los frutos secos y los alimentos crudos. Al contrario, las sopas calientes o frías y las verduras en puré se toman más fácilmente;

-el pan se debe empapar en líquidos como caldos, leche, té o café;

-la carne es conveniente picarla justo antes de consumirla (nunca se ha conservar la carne picada porque las bacterias se desarrollan). Se puede reemplazar la carne por pescado o huevos;

-humedecer y ablandar los alimentos secos como pastas y arroz con mantequilla fundida, salsa o nata;

-los quesos fuertes pueden irritar la boca. Los yogures y quesos frescos se comen más fácilmente;

-para los postres es mejor elegir alimentos blandos como frutas bien maduras o en almíbar, compotas, arroz con leche, yogures para beber, batidos, pasteles, natas, helados (que se pueden dejar derretir antes de consumir. No se debe conservar helado derretido porque las bacterias se desarrollan). Los bizcochos o galletas pueden ablandarse con líquidos como leche, té, o nata inglesa;

-en cuanto a los complementos nutritivos, existen numerosos productos (salados o azucarados) que son reembolsados por la Seguridad Social para las personas seropositivas que han perdido, al menos, el 5% de su peso habitual. Los debe recetar el médico.

¿Se ha de comentar al dentista que se es seropositivo/a? No es obligatorio pero es preferible si queremos beneficiarnos de un buen seguimiento o tratamiento bucodental.