

cuida tus encías, sin tabaco.

**el tabaco triplica
el riesgo de padecer
periodontitis.**

cerca de 9 de cada 10 pacientes con respuesta inadecuada tras tratamientos periodontales son fumadores. El riesgo de fracaso de los implantes dentales se duplica en fumadores. El tabaco daña las encías, la boca y la salud general.

CUIDA TUS ENCÍAS...
SIN TABACO

¿Por qué?

Para un fumador, el riesgo de padecer periodontitis es tres veces mayor que el de una persona que no fuma. Además, con el tabaco, la enfermedad progresa con mayor rapidez, se dificulta su detección precoz y se limitan los resultados del tratamiento.

Las razones para explicar esto son múltiples:

- Las bacterias pueden ser más agresivas.
- Los vasos sanguíneos están afectados, lo que explica su peor respuesta, debido a los efectos nocivos de la nicotina.
- Los tejidos periodontales se alteran por el efecto del tabaco.
- El sistema inmune está dañado, ya que las células defensivas reducen su cantidad y empeoran su funcionamiento.

¿Qué puedes notar?

La inflamación de la encía es poco evidente en los fumadores, lo que, en ocasiones, dificulta el diagnóstico precoz.

Las encías enfermas en los fumadores pocas veces están enrojecidas o sangran, debido al efecto vasoconstrictor (reducción del calibre de los vasos sanguíneos) que produce el tabaco.

Más perceptibles son las tinciones del tabaco o el incremento del acúmulo de "sarro" o tártaro sobre los dientes.

¿Cómo evoluciona y qué riesgos tiene?

La respuesta a los tratamientos de las encías es mucho peor en fumadores (los beneficios se reducen hasta en un 50%), tanto tras un tratamiento inicial (raspado y alisado radicular) como avanzado (cirugía periodontal).

La mayoría de los pacientes que no responden adecuadamente a los tratamientos periodontales son fumadores (86-90%). En otros tratamientos periodontales más específicos ocurre algo similar:



SI NO SE CONSIGUE
DEJAR DE FUMAR...

- Técnicas mucogingivales (reponer nueva encía donde falte); el beneficio se limita al 75% de lo que se puede alcanzar en no fumadores.
- Técnicas de regeneración (para recuperar los tejidos perdidos); el beneficio se reduce al 50% de lo que se obtiene en no fumadores.
- Cirugía con implantes dentales: la tasa de fracaso (el implante no se une al hueso del paciente) es dos veces más alta en fumadores.

Además, el tabaco es un factor de riesgo para que los implantes dentales, cuando ya están unidos al hueso, sufran enfermedades periimplantarias, y el hueso se acabe destruyendo.

¿Qué tengo que hacer?

El consejo para el fumador es pedir ayuda para dejar de fumar: si se deja de fumar, en 4 o 6 semanas empieza a recuperarse la vascularización de la encía, mejora la respuesta al tratamiento y se reducen progresivamente todos los riesgos y problemas mencionados.

Es recomendable

Revisar las encías con más frecuencia. Dejar de fumar o reducir la dosis de cigarrillos. Mantener la presencia de placa en niveles mínimos.

La peor respuesta a los tratamientos no significa que no se deban realizar, pero se debe informar al fumador de los problemas y los riesgos que pueden surgir como consecuencia de los efectos nocivos del tabaco.





www.cuidatusencias.es

cuida tus encías.



2 veces al día, actúa:



1 Cepilla tus encías y dientes con dentífrico.



2 Usa la seda dental o cepillos interdentales.



3 Enjuágate con un colutorio, cuando esté indicado.



4 Retirara tu cepillo.



5 Visita a tu dentista o periodoncista. Revisa tus encías y limpia tu boca.

Materiales divulgativos de SEPA. Puedes solicitarlos a tu dentista o periodoncista, o consultarlos en www.cuidatusencias.es



SOCIEDAD ESPAÑOLA
DE PERIODONCIA
Y OSTEINTEGRACIÓN

www.sepa.es

SEPA

FUNDACIÓN
ESPAÑOLA
DE PERIODONCIA
E IMPLANTES
DENTALES.