

REMITIDO

EL EXPERTO OPINA

DOCTOR EDUARDO ANITUA. CIRUJANO-DENTISTA E INVESTIGADOR

Halitosis: problema de mal aliento y problema de salud

Halitosis es el término empleado para describir el aliento desagradable motivado por factores fisiológicos, como comidas que producen mal olor, o patológicos (enfermedades). Hasta hace poco tiempo, la mayoría de los que la sufrían se daban cuenta debido a que las personas de su entorno lo detectaban. Sin embargo, hoy en día, con el uso obligatorio de la mascarilla, muchas personas se han percatado de su problema de halitosis, ya que al respirar el aire que exhalamos podemos percibir su olor.

Dr. Anitua, ¿cuáles son las causas de la halitosis?

Cerca del 90% de los casos de halitosis se deben a problemas en la boca (halitosis oral) y el 10% restante tienen su origen en otras zonas del aparato digestivo (halitosis digestiva).

Las causas más frecuentes a nivel oral son: mala higiene bucodental, enfermedad periodontal, infección dental activa, prótesis mal adaptadas, algunas infecciones por hongos (candidiasis), amigdalitis y problemas de boca seca. La halitosis de causa digestiva suele estar producida por diversos cuadros gastro-intestinales que deben ser estudiados por los profesionales correspondientes.

¿Es un problema muy frecuente?

La mayoría de los adultos sufren halitosis en algún momento de su vida, y los estudios señalan que un 30% de los pacientes mayores de 60 años han padecido o padecen en algún momento halitosis, por lo tanto es bastante habitual.

Muchas veces los pacientes desconocen que tienen este problema porque casi nadie es consciente de su mal aliento, o porque se habitúan al mismo. Las cifras publicadas a este respecto nos confirman este hecho, ya que el 90% de las personas con halitosis son informadas de su problema por otros y solo un 10% lo notan ellos mismos. Señalar también que aunque las mujeres son más sensibles a este problema que los hombres, en estos es más frecuente. Como hemos apuntado anteriormente, el hecho de pasar muchas horas con mascarilla está haciendo a las personas que sufren halitosis ser más conscientes de su problema y consultar por el mismo.

¿Cuál es el mecanismo por el que se desarrolla la halitosis oral?

La causa principal de la halitosis oral está en un proceso de putrefacción de proteínas procedentes de la alimentación por la acción de determinadas bacterias presentes en la cavidad oral. Estas bacterias, al producir la putrefacción proteica, generan unos compuestos denominados sulfúricos volátiles, que son los responsables del mal olor o,



lo que es lo mismo, del mal aliento. Estos compuestos no solo generan mal olor, sino que además son capaces de generar daño periodontal, interfiriendo en las uniones de las células gingivales (de la encía), por lo que la halitosis oral, además de ser un problema 'social', es un problema de salud oral importante que, de no tratarse, puede generar un deterioro de la salud periodontal de los pacientes.

¿Qué tratamientos tenemos hoy en día para la halitosis oral?

Para tratar la halitosis oral seguimos dos líneas terapéuticas: en primer lugar, eliminar el origen de la halitosis mediante revisión y tratamiento de las patologías causantes, y un buen cepillado. En segundo lugar, una vez abordado el problema oral que la está causando, llevamos a cabo el tratamiento específico de la halitosis mediante el control químico de las bacterias que producen

los compuestos sulfúricos. Este control se hace a través de determinados enjuagues, geles, aerosoles y, en ocasiones, comprimidos que ayudan a controlar la proliferación de estas bacterias, al mismo tiempo que reducen sus emisiones.

El personal de la clínica, una vez ha realizado el tratamiento de la causa, elabora un plan de tratamiento individualizado para cada paciente, empleando las distintas alternativas terapéuticas que tenemos hoy en día para paliar este problema. La mayoría de los agentes que empleamos en la clínica para estos tratamientos son productos cuya eficacia viene avalada por estudios clínicos, buscando siempre aquellos que tengan la menor carga farmacológica posible.

¿Qué recomendaciones daría a sus pacientes para evitar la halitosis?

La mejor recomendación es que mantengan su boca en las mejores condiciones de

salud posibles, evitando las patologías que sabemos que pueden producir este cuadro. Además, se deben reducir, y si es posible eliminar, determinados hábitos como el consumo de tabaco y alcohol, que pueden provocar una halitosis fisiológica que, aunque puede ser pasajera en algunos pacientes, puede llegar a instaurarse de forma crónica si el hábito se prolonga.

Otra recomendación importante es evitar el consumo de alimentos que producen gases malolientes en su digestión como son el ajo, la cebolla, el picante, y las comidas con digestiones pesadas como las legumbres.

Es bueno además que implementemos en nuestra dieta alimentos con contenido probiótico (bacterias como los bifidus del yogur), que hacen que se reequilibre la flora oral con bacterias no productoras de compuestos sulfúricos volátiles.

RPS: 220/13



AVANZAMOS JUNTOS

Toda la atención bucodental con toda la seguridad.



C/ José M^a Cagigal 19
 01007 Vitoria-Gasteiz
 Tel.: 945 16 06 50
www.clinicaeduardoanitua.com