

Colutorios: preguntas con respuesta

Los colutorios se han convertido en un recurso ampliamente generalizado en la higiene bucodental, pero no siempre se emplean adecuadamente. Por eso es importante saber por qué, cuándo, para qué y cuáles utilizar.

¿Por qué debemos utilizar colutorios bucales?

Para hacer una correcta higiene bucodental, capaz de eliminar eficazmente la placa dental¹, no siempre es suficiente con el empleo de métodos mecánicos². Problemas de cumplimiento y las dificultades que plantean algunas de las técnicas de higiene oral, sobre todo a nivel interdental, están en el origen de este déficit. Por eso, se necesita de la ayuda de otros recursos, como la utilización de los colutorios orales antiplaca-antigingivitis, de fácil utilización por parte del paciente.

Los colutorios se deben utilizar correctamente, y siguiendo las indicaciones del producto (número de enjuagues, tiempo y dosis) y del dentista que lo receta, para conseguir el efecto beneficioso y evitar efectos secundarios.

Los colutorios nunca pueden utilizarse como un sustitutivo del cepillado dental e interdental, sino que son una ayuda auxiliar, sobre todo en las zonas de difícil acceso (zonas posteriores, lengua y en pacientes con falta de destreza).

Actualmente se puede elegir entre muchos tipos de colutorios disponibles en el mercado, dependiendo de las necesidades de cada persona en particular y de la recomendación de su dentista.

La amplia gama de colutorios orales invita a que los pacientes pidan consejo en la clínica dental para elegir el más adecuado, ya que no se requiere receta médica.

¿Cuándo se deben utilizar colutorios bucales antisépticos?

Los colutorios no están indicados siempre ni para todas las personas. Generalmente, se recomiendan cuando los pacientes no son capaces de cepillarse o como refuerzo y ayuda del cepillado:

1) Pueden servir de sustitutos puntuales del cepillado y limpieza interdental cuando esos métodos no se pueden realizar de manera temporal o permanente:

- Después de realizar cirugía bucal, periodontal o la cirugía ortognática³ de los maxilares (durante la cicatrización)
- En infecciones gingivales orales⁴ agudas, cuando el dolor impide la higiene oral correcta
- En pacientes con minusvalías físicas o psíquicas que les impidan realizar una higiene oral correcta

2) Como refuerzo de la higiene oral mecánica:

- En pacientes periodontales: después del raspado radicular⁵, en personas con periodontitis agresivas junto al uso de antibióticos y durante el mantenimiento periodontal, si no se consigue una buena higiene oral

- En pacientes médicamente comprometidos e inmunodeprimidos predispuestos a infecciones orales como candidiasis
- En personas con halitosis
- En personas que están siguiendo un tratamiento de ortodoncia con mal control de la placa bacteriana
- Para prevención de caries en pacientes con alto riesgo a sufrirlas
- En pacientes con xerostomía (sequedad de boca), para reducir las candidas, la placa y aumentar el flujo de saliva
- En pacientes con úlceras bucales
- En pacientes portadores de prótesis parcial removible
- En pacientes con implantes dentales.

¿Para qué los podemos utilizar?

Los colutorios se pueden emplear para hacer frente a diferentes afectaciones dentarias: para combatir infecciones bucales (antisépticos), para prevenir la aparición de caries dentales, para el tratamiento de la sensibilidad dental, para el tratamiento de la halitosis (mal olor bucal) y para el tratamiento de la xerostomía (sequedad bucal). →

Los colutorios antisépticos tienen actividad antiplaca y antigingivitis

LA
OPINIÓN
DE LOS
EXPERTOS

“Los colutorios son un complemento ideal al cepillado dental en la prevención y el tratamiento de muchas patologías orales”

Dr. Jorge Serrano
Profesor colaborador
Máster de Periodoncia
Universidad Complutense
de Madrid.



5 propiedades ideales

Los enjuagues bucales antisépticos deben cubrir, al menos, estas cinco propiedades:

- Rápidos, seguros y fáciles de usar**
- Capaces de matar las bacterias de la placa en áreas de difícil acceso**
- Buen sabor**
- Buen precio**
- Deben penetrar el biofilm de la placa bacteriana dental y alcanzar zonas de difícil acceso**

→ ¿Cuáles emplear?

COLUTORIOS ANTISÉPTICOS

Tienen actividad antiplaca y antigingivitis. Se emplean como un recurso de ayuda para el tratamiento de la enfermedad periodontal.

Clorhexidina (CHX)

Es el que se emplea más comúnmente. Indicado para el tratamiento de las encías inflamadas. Pasa por ser el mejor y más eficaz agente antiplaca y antigingivitis, pero su uso no puede recomendarse de una manera diaria y crónica debido a sus numerosos efectos secundarios (alteraciones del gusto, tumefacción de la parótida, descamación e irritación de la mucosa oral, aumento de la acumulación de cálculo, tinción de los dientes).

Su empleo debe estar indicado por el dentista y no debe prolongarse por periodos largos de tiempo.

Los colutorios se deben utilizar correctamente, y siguiendo las indicaciones del producto y del dentista que lo receta

Una vez enjuagada, la CHX se mantiene hasta 12 horas en boca. El paciente debe esperar media hora entre el cepillado y el enjuague, dado que muchos ingredientes de los dentífricos pueden reducir su actividad antibacteriana. Esto dificulta la correcta utilización del producto.

La clorhexidina tiene un efecto antiplaca del 33% y antigingivitis del 26% y actúa frente a bacterias, hongos y virus.

Existe otro grupo de enjuagues destinados a mantener la salud general de la boca, gracias a su composición con agentes desinfectantes que pueden ser empleados de forma diaria y no suelen presentar efectos secundarios ni tinciones.

Los colutorios se pueden emplear para hacer frente a diferentes afectaciones dentarias

Son útiles en el mantenimiento periodontal de pacientes que hayan tenido problemas en sus encías y necesiten complementar su cepillado con un enjuague: aceites esenciales, triclosan y cloruro de cetilpiridinio.

Los colutorios se pueden emplear para hacer frente a diferentes afectaciones dentarias

Aceites esenciales

Los aceites esenciales pueden ser una buena opción a largo plazo porque tienen menos efectos secundarios que la clorhexidina.

Por ello, para utilizar un colutorio de manera permanente en determinados pacientes, se ha demostrado que aquellos que contienen aceites esenciales tienen muy buenas capacidades a nivel de antiplaca y además las tinciones son mínimas comparadas con otros colutorios. Por su contenido en alcohol de algunas formulaciones es aconsejable seguir las recomendaciones del fabricante.

Triclosan

Los colutorios con triclosan tienen efecto antiplaca y antigingivitis. Deben combinarse con copolímeros y/o con zinc para reforzar su acción.

Cloruro de cetilpiridinio

Tienen una moderada actividad inhibitoria de la placa, pero una escasa acción antigingivitis.

Dr. Antonio Santos
Profesor Asociado de Periodoncia, Universidad internacional de Cataluña.



“Los colutorios, utilizados como complemento de los métodos mecánicos de higiene oral, proporcionan un beneficio adicional en la reducción de la placa dental y de la gingivitis”

LA OPINIÓN DE LOS EXPERTOS

COLUTORIOS DE EFECTO ANTICARIES

Se utilizan en personas con alto riesgo de caries. Son enjuagues ricos en flúor y tienen efecto antiplaca.

Estos colutorios pueden ser utilizados diariamente y ayudan a los dientes a tener una menor posibilidad de sufrir caries, junto con una dieta adecuada y una buena higiene bucal.

En los niños, las dosis de flúor deben de variar en función de la edad y vigilar que no lo traguera.

ANTISENSIBILIZANTES

Para las personas que presentan sensibilidad al frío, calor, al cepillado dental o el consumo de ácidos (cítricos, vinagre y bebidas carbonatadas),

existen enjuagues específicos de diferentes composiciones que ayudan a combatir esta sensibilidad. Es muy importante seguir unas sencillas pautas de alimentación e higiene para que su uso sea lo más eficaz posible, se deben eliminar los factores causantes y se recomienda emplear dentífricos, geles, colutorios, spray que contengan sustancias para la sensibilidad dental.

El efecto no es inmediato y va disminuyendo la sensibilidad al cabo de unas semanas.

ANTI-HALITOSIS

La halitosis es un olor desagradable procedente del aliento de una persona y que se debe a la producción de sustancias malolientes debido a la degradación de las bacterias principalmente localizadas en lengua y bolsas periodontales.

El tratamiento de halitosis oral está orientado a disminuir el número de bacterias productoras de mal olor de la boca mediante instrucciones de higiene bucal, limpieza de la lengua, limpieza dental juntamente con la utilización de un colutorio que contenga clorhexidina a baja concentración (0.05%), cloruro de cetilpiridinio y lactato de zinc.

TRATAMIENTO DE LA SEQUEDAD BUCAL

La xerostomía o disminución del flujo salival es un trastorno común. En estos casos, el dentista recomienda el uso de colutorios para enjuague bucal, dentífricos o sprays específicos para calmar la sensación de sequedad oral y refrescar la boca; además, se aconseja buena hidratación diaria y masticación lenta, buena técnica de higiene oral, así como no fumar y evitar consumir alcohol, cafeína y demás irritantes. ■

SEPA RECOMIENDA EL USO DE PRODUCTOS AVALADOS CIENTÍFICAMENTE Y CON EL SELLO SEPA.

2 VECES AL DÍA, ACTÚA:



1 Cepillar correctamente los dientes y los implantes, y las encías alrededor de ambos, con un cepillo y un dentífrico adecuados.



2 Limpiar, siempre, entre los dientes y entre los implantes, con seda dental o con cepillos interdentales específicos.



3 Refuerza tu higiene con un colutorio.



CADA 3 MESES:

4 Renovar el cepillo.



CADA 6 MESES:

5 Visitar al dentista. Revisar los implantes dentales y el resto de las estructuras de la boca.

GLOSARIO

- Placa dental:** capa endurecida de bacterias y proteínas que se forma en la base de los dientes y muelas y que favorece la aparición de las caries y otras enfermedades bucales.
- Métodos mecánicos de higiene bucodental:** cepillado y limpieza interdental.
- Cirugía ortognática:** destinada principalmente a mover la mandíbula a una posición más adecuada, más estética, más funcional y más saludable.
- Infecciones gingivales:** infecciones que afectan a la encía.
- Raspado radicular:** procedimiento para eliminar el sarro, la placa y la película bacteriana de la superficie de los dientes y debajo de la línea de la encía.