

# EL 72% DE LOS ADULTOS MAYORES PRESENTA RECESIÓN GINGIVAL

Algunas de las causas que pueden provocar la retracción de las encías son la edad, un cepillado dental agresivo, tener maloclusión, llevar una prótesis mal ajustada, padecer periodontitis y ser fumador

La recesión gingival es un problema común de salud bucodental que puede afectar negativamente a la calidad de vida de quienes lo padecen. También conocida como encías retraídas, se trata de una patología que se caracteriza por una retracción de la encía de su zona habitual -el límite de la corona y la raíz del diente-, dejando expuesta una parte de la raíz.

“Cuando se produce en los dientes anteriores, además de suponer un problema estético por la sensación de alargamiento dentario, la recesión gingival constituye un problema clínico importante debido a la pérdida

de inserción de la raíz en el hueso. Es más, muchas veces no solo se desplaza la encía, también lo hace el hueso que soporta al diente, provocando una movilidad anómala de éste y, en ocasiones, su pérdida”, explica el Dr. Óscar Castro Reino, presidente del Consejo General de Dentistas.

## Causas de la retracción de encías

La etiología de la recesión gingival es multifactorial:

**La edad:** aunque puede darse en cualquier etapa, es más frecuente a partir de los 40 años. De hecho, en la última encuesta epidemiológica de salud oral realizada en España en 2020,

el 60% de los adultos jóvenes (de 35-44 años) y el 72% de los adultos mayores (de 65-74 años) presentaba algún grado de recesión gingival.

**Cepillado agresivo o incorrecto:** el uso de cepillos de cerdas duras y los movimientos bruscos pueden desgastar el tejido gingival. Es la principal causa de retracción de encías en los pacientes jóvenes.

**Maloclusión y dientes no alineados:** la posición inadecuada de los dientes puede aumentar la presión sobre las encías, favoreciendo la retracción.

**Enfermedad periodontal:** la gingivitis y la periodontitis son enfermedades que afectan las encías y los tejidos de soporte dental, contribuyendo a la recesión. Es el primer motivo de retracción gingival de los adultos mayores.

**Prótesis mal ajustada:** puede generar inflamación crónica y recesión de las encías. Habría que quitarla, proceder a una higiene profunda y colocar una nueva.

**Factores genéticos:** algunas personas pueden tener predisposición genética a desarrollar recesión gingival.

**Tabaquismo:** la recesión gingival es una de las primeras alteraciones periodontales que aparecen en el fumador.

Como se ha mencionado anteriormente, la recesión gingival no solo tiene un impacto estético, sino que también puede tener consecuencias significativas para la salud bucodental. El Dr. Castro señala que “los pacientes con esta patología desarrollan sensibilidad dental y son más propensos a la caries debido a la exposición de las raíces dentales”.

En cuanto al tratamiento, una vez que la encía se ha retraído es muy difícil que regrese a su posición original, salvo en casos muy leves e iniciales en los que se elimina rápidamente la causa que provocó el problema, como un mal cepillado. “En casos más avanzados será preciso recurrir a la llamada cirugía mucogingival para reparar y cubrir las áreas afectadas. Los procedimientos más habituales en estos casos son los injertos o los colgajos”, detalla el Dr. Castro.

De nuevo, el presidente del Consejo General de Dentistas insiste en que es fundamental acudir regularmente a revisión odontológica para que el dentista pueda detectar a tiempo cualquier patología. “La prevención y el tratamiento adecuado en fases tempranas son fundamentales para evitar complicaciones en el futuro”.