



# Medicina de Familia. SEMERGEN



<http://www.elsevier.es/semergen>

## 411/12 - MEJORAR LA SALUD BUCODENTAL CON PROBIÓTICOS Y BUENOS HÁBITOS DE LA POBLACIÓN ASISTENCIAL EN LA FARMACIA COMUNITARIA

J. García Cairós

*Farmacia Familiar y Comunitaria. Parla. Madrid.*

### Resumen

**Justificación:** La salud bucodental requiere un equilibrio nutricional adecuado. La flora bacteriana que se encuentra en la cavidad bucal es fundamental para tener una buena salud orofaríngea. De este modo evitaremos las enfermedades periodontales (gingivitis, periodontitis), candidiasis, caries y halitosis. Las principales causas de problemas dentales y de encías: tabaco e higiene dental deficiente. Los farmacéuticos y nutricionistas podemos contribuir desde la nutrición y medidas de higiene y deshabituación tabáquica.

**Objetivos:** Plantearnos si es posible mejorar la salud bucodental de nuestra población asistencial desde la farmacia comunitaria. Aportar ideas dietético-nutricionales enfocadas a aumentar la inmunidad de la orofaringe. Formar parte del engranaje de salud de nuestros pacientes e intentar trabajar en equipo (odontólogos, médicos de atención primaria).

**Metodología:** Hemos informado nuestra estrategia a 4 odontólogos y 1 médico de atención primaria a finales de 2017. Hemos puesto en marcha la deshabituación tabáquica, seguimiento dietético y nutricional y medidas higiénicas desde la Zona de Atención Personalizada (ZAP) y desde el mostrador en la indicación de complementos probióticos bucodentales ricos en *S. salivarius* (BLIS K12), *L. brevis* y *L. plantarum*. Aconsejamos reforzar los alimentos ricos en nutrientes como: calcio, fósforo, vitamina C, vitamina D3 y flúor, se valora el estado nutricional de cada paciente. Se proponen dietas específicas y seguimiento en la zona ZAP. Hemos dado unas pautas escritas a los pacientes (consensuadas con los odontólogos) o consejo relacionado con mejorar la salud bucal. Pedimos información a los odontólogos y médicos si observaron mejoría en los pacientes en cuestión, su información fue positiva al respecto y además prescribieron estos complementos.

**Resultados:** Se ha observado durante el estudio un aumento del uso de probióticos bucodentales en 2018 (en un 400%). Muchos pacientes ya piden entre sus complementos de limpieza bucodental sus probióticos. Las encuestas de satisfacción fueron concluyentes y positivas. Los profesionales informaron de manera positiva respecto a la mejoría observada en sus pacientes.

**Conclusiones:** Los farmacéuticos-nutricionistas contribuimos a evitar la aparición de las enfermedades periodontales aconsejando probióticos bucodentales y determinados nutrientes y con la deshabituación tabáquica. Trabajar con odontólogos y médicos resultó beneficioso. La salud bucodental de los pacientes se debe reforzar desde todas las áreas del conocimiento.

**Palabras clave:** Probióticos. Nutrientes. Deshabituación tabáquica. Farmacia comunitaria.