Boca seca

California Dental Association
1201 K Street, Sacramento, CA 95814
800.232.7645 cda.org

Xerostomía (zē'rō-stō'mē-ă) es el término médico para la boca seca a causa de la falta de saliva. La boca seca puede dificultar el comer y el hablar, y también puede causar halitosis o (mal aliento). Sin la saliva, la cual sirve para lubricar la boca, llevar las partículas de los alimentos, mantener en equilibrio la acidez de la boca y volver a mineralizar los dientes, se pueden formar fácilmente la, caries y otras infecciones.

Las personas de la tercera edad en particular son propensas a la boca seca porque suelen tomar varios medicamentos para controlar las enfermedades que han desarrollado a lo largo de su vida. Las personas de la tercera edad también tienen más probabilidad de tener dientes con las raíces expuestas debido a varios factores que incluyen pero no se limitan a su edad, si usan tabaco y los hábitos de higiene oral. Las superficies de las raíces son propensas a sufrir caries porque éstas no tienen esmalte para protegerlas. Las superficies expuestas de las raíces junto con la boca seca aumentan la posibilidad de tener caries.

¿Cómo sabe que padece de boca seca?

Aunque parezca sorprendente, ¡puede que usted tenga esta enfermedad sin darse cuenta! Si siente la boca o la garganta pegajosa o seca, si los labios se le agrietan fácilmente, si con frecuencia tiene llagas o puntos dolorosos en la boca o si la lengua está roja, seca y quizás siente hormigueo, puede que esté experimentando los síntomas de la boca seca.

Causas de la boca seca

Medicamentos: los medicamentos son la causa más común de la boca seca; se conocen más de 400 medicamentos comunes recetados y sin receta que provocan resequedad en la boca.

Radiación y quimioterapia: las personas que reciben radiación o quimioterapia para el cáncer de cabeza y cuello padecen xerostomía. Estos tratamientos pueden perjudicar de forma permanente las glándulas salivales y por consiguiente se puede reducir la producción de saliva o modificar la consistencia de la misma.

Enfermedad: La boca seca puede indicar una enfermedad subyacente tal como diabetes o Síndrome de Sjögren en el que las células inmunológicas atacan y destruyen las glándulas lacrimales y salivales.

Abuso de estupefacientes: La boca seca es un síntoma común del abuso de estupefacientes ya que muchas drogas reducen laproducción de saliva. Los drogadictos tienen una mayor incidencia de caries y enfermedades de las encías, y en el caso de los consumidores de metanfetamina, a menudo desarrollan una afección conocida como "meth mouth".

Los remedios

Aunque no existe una cura para la xerostomía, hay medidas que usted puede tomar para ayudar a controlar este problema. Tome mucha agua y/o refrescos sin azúcar. Mastique chicle sin azúcar o chupe mentas sin azúcar que contengan xilitol; ya que estos estimulan la producción de saliva y el xilitol ayuda a proteger los dientes contra la caries. Evite usar el tabaco, la cafeína y el alcohol. Si usa enjuagues bucales asegúrese de que no contengan alcohol. Utilice un gel sustituto de la saliva para ayudarle a lubricar la boca; lo puede encontrar en la farmacia. Pregúntele a su médico si puede cambiar sus medicamentos por otros que no resequen la boca.

Por último, procure visitar a su dentista miembro de la Asociación Dental de California con regularidad para que él o ella pueda proporcionar tratamientos protectores con flúor y otros cuidados esenciales para mantener sus dientes y boca sanos.

Caries encima de las raíces expuestas

La lengua afectada por la boca seca