

Boca seca: conozca sus principales causas

M. LUNA @abc_salud /
MADRID



FOTOLIA

Algunos medicamentos pueden causar boca seca

La xerostomía o sensación subjetiva de sequedad bucal se caracteriza en muchos casos por una disminución de secreción salival o por cambios en la composición bioquímica de la saliva. Afecta, explica a ABC Gerardo Gómez Moreno, Profesor Titular de la [Facultad de Odontología de la Universidad de Granada](#), un 40% de personas mayores de 55 años, sector de la población que usa frecuentemente fármacos con efectos xerostomizantes.

Tipos

Existen dos tipos de xerostomía, una denominada reversible y otra, irreversible. En la primera, el tratamiento de la sequedad bucal se puede enfocar hacia la cura de la causa subyacente, es decir, eliminando el factor etiológico que la produce y mediante el uso de estimulantes de la producción natural de saliva, como los sialogogos.

No obstante, ante una xerostomía irreversible, muchas veces causada por fármacos de patologías crónicas como, por ejemplo, una enfermedad autoinmune, o bien originada por una medicación cuyos beneficios farmacológicos son mayores que el efecto secundario producido, se pueden aplicar medidas terapéuticas centradas en minimizar los síntomas de sequedad bucal.

Principales causas:

La radioterapia de cabeza y cuello, determinados fármacos y ciertas condiciones sistémicas. La xerostomía, o síndrome de boca seca, es un trastorno caracterizado por la sensación de falta de saliva en la boca. Cada día, un adulto sano produce normalmente entre 1,5 y 2 litros de saliva, lo que permite hablar, tragar, saborear la comida, digerir los alimentos y realizar otras funciones importantes. La sensación de sequedad bucal es habitual en determinados momentos (como consecuencia del estrés, nerviosismo, etc.), pero si persiste a diario (dando lugar a síntomas tales como dificultad para comer, hablar y masticar, sensación de ardor o una necesidad frecuente de beber agua mientras se come), se puede convertir en un serio problema para la salud bucal, ya que la sequedad irrita los tejidos blandos de la boca, lo que puede hacerlos más susceptibles a las infecciones,

provocar un aumento de caries e incluso contribuir al mal aliento.

En las encías, la sequedad de la boca aumenta la placa bacteriana y la incidencia y gravedad de la enfermedad periodontal. Más de 500 medicamentos, como los antihistamínicos (para la alergia y el asma), los antihipertensivos (para la tensión arterial), los descongestionantes, los diuréticos o los antidepresivos provocan, como efecto colateral, sequedad de boca. Según los expertos, el mayor porcentaje de casos de boca seca está producido por dichos medicamentos, aunque la sequedad se asocia también a otras enfermedades, como la diabetes y algunas de tipo autoinmune.

Calidad de vida

Ante un paciente con xerostomía, los profesionales de la salud bucal juegan un papel importante. El protocolo de actuación en la consulta debería empezar por indagar si su paciente tiene sensación de boca seca, ya que esta patología habitualmente pasa por alto en la consulta clínica. Una vez identificado el caso, se debería instaurar un protocolo de tratamiento individualizado, entre los que se encontrarían los sialogogos tópicos, como la gama de Xeros DENTAID®. Si se determina que la patología está causada por fármacos, el odontólogo o higienista debería ponerse en contacto con el prescriptor para recomendarle que fraccione la medicación a lo largo del día y que procure recetar menos fármacos con efectos anticolinérgicos.

Tratamientos

Para tratar la xerostomía, se recomienda una óptima higiene oral en la que se incluyan cepillados diarios, el uso de colutorios, así como revisiones periódicas (cada 6 meses) con profesionales de la cavidad oral. Pues al disminuir el flujo de saliva, los dientes quedan más desprotegidos. Por eso, este tipo de pacientes tienen más riesgo de desarrollar caries, infecciones periodontales y gingivales y candidiasis. Se aconseja, además, no abusar de bebidas alcohólicas y controlar la dieta: evitar, por tanto, alimentos que exacerben la sensación de boca seca.

Las personas con boca seca deben realizar revisiones regulares con el dentista, y explicar la medicación que toman, por si se pudiese modificar o reducir la dosis. Es fundamental aumentar la ingesta de líquidos, masticar chicle sin azúcar, evitar el tabaco y consumo de bebidas con cafeína y alcohol. A veces, el dentista puede recomendar sustitutos de saliva o sustancias hidratantes orales para mantener la boca húmeda.

¿Tiene cura?

Si nos encontramos ante un caso de xerostomía reversible originada, por ejemplo, por fármacos, la eliminación del tratamiento puede llevar a la cura de esta condición. Si por el contrario, no es aconsejable retirar, fraccionar o cambiar la prescripción médica o nos encontramos ante un caso de xerostomía irreversible, podemos recomendar el uso de sustitutos salivares, humectantes e hidratantes, los cuales humedecen temporalmente la mucosa oral. De esta forma, se palian algunos síntomas (dificultad en el habla y en la deglución de alimentos, alteraciones gustativas, sensación de ardor y dolor en la lengua, incremento del riesgo de caries y gingivitis) que pueden mermar la calidad de vida del paciente.