

RECOMENDACIONES PARA CONTROL PH DE LA SALIVA EN LA PREVENCION DE LA CARIES DENTAL

La saliva es un fluido corporal compuesto fundamentalmente por agua (99%) el 1% restante está constituido por moléculas orgánicas e inorgánicas, proveniente de las glándulas salivales mayores en el 93% de su volumen y menores en el 7% restante. La secreción diaria oscila entre 500 y 700 ml, con un volumen medio en la boca de 1,1 ml. En reposo, la secreción oscila entre 0,25 y 0,35 ml/mn. Ante estímulos sensitivos, eléctricos o mecánicos, el volumen puede llegar hasta 1,5 ml/mn.

Ph salivar

El rango de pH normal de la saliva se considera 5,6 a 7,9, de acuerdo con el International Journal of Drug Testing.

Hábitos de alimentación

- ✓ El consumo de proteína en la dieta produce un aumento del pH.
- ✓ Aconsejar a los pacientes evitar picar entre horas alimentos ricos en contenido de azúcares (bebidas carbonatas, zumos, azúcares simples).
- ✓ Sustituir los alimentos de alto contenido en azúcares simples por frutas, verduras y hortalizas.

Influencia del Ph en la salud oral

- ✓ Tiene la capacidad de neutralizar ácidos y amortiguar las variaciones de acidez.
- ✓ Capacidad tamponadora del medio al neutralizar el medio ácido producido tras las comidas evitando la desmineralización del esmalte dental y la acumulación de sarro.
- ✓ La deficiencia o escaso flujo salival favorece el deterioro de las estructuras dentarias.

CONTROL DEL PH SALIVAR

Para determinar la capacidad buffer o taponadora de la saliva podemos utilizar (como método complementario) las tiras reactivas de pH que miden el grado de acidez de la saliva y nos ayudan a comprobar el grado de equilibrio de la boca.

Tiras de pH y como se usan

Al menos una hora antes de la realización del test el paciente debe:

- ✓ No comer ni beber, no masticar chicles, no fumar, no cepillarse los dientes y no utilizar colutorios.
- ✓ Para estimular la producción de saliva dar al paciente a masticar una tableta de parafina.
- ✓ Recoger la saliva en un vaso o similar.
- ✓ Con la ayuda de una pipeta colocar la muestra de saliva sobre el campo activo de la tira reactiva.
- ✓ Esperar cinco minutos y contrastar con el testigo que viene en los envases.

BIBLIOGRAFIA

- Llana-Puy C. The rôle of saliva in maintaining oral health and as an aid to diagnosis. Med Oral Patol Oral Cir Bucal 2006;11:E449-55. © Medicina Oral S. L. C.I.F. B 96689336 - ISSN 1698-6946.
- Pulido C. El pH, Flujo Salival y Capacidad Buffer en Relación a la Formación de la Placa Dental. ODOUS CIENTIFICA Vol. IX No. 1, Enero - Junio 2008.
- Moreno Mateos V. Protocolos para la actuación con niños con alto riesgo de caries en diferentes edades y situaciones. SESPO. Mayo 2013.