

LA SALIVA, FUNCIONES Y BENEFICIOS.

La saliva tiene un amplio abanico de funciones muy importantes dentro de la boca tales como, la lubricación de los tejidos orales que permite tanto hablar como realizar una correcta masticación y deglución de los alimentos, esta lubricación natural da una sensación de bienestar que se pierde cuando se produce la disminución de flujo salivar. Como muchas cosas en la vida, la importancia de este fluido no es apreciada hasta que se carece de él.

Mantiene la salud de la mucosa oral, mediante factores de crecimiento que fomentan la cicatrización de heridas y llagas.

La saliva también nos ofrece una protección natural frente a la caries y la erosión dental, ya que en sus componentes tiene elementos (calcio, fósforo y flúor) que permiten amortiguar los ácidos de la placa bacteriana y los de origen alimentario.

La reducción en el flujo salival o los cambios en las propiedades de la saliva, son responsables de una gran cantidad de problemas orales y dentales tales como alteración del gusto (disgeusia), aumento de la formación de placa bacteriana y por lo tanto más riesgo de caries, halitosis (mal olor de la boca), candidiasis (hongos), aumenta el riesgo de erosión dental y enfermedades de las encías (gingivitis y periodontitis).

Son múltiples las causas que pueden producir alteraciones en el flujo salivar o en la composición de la saliva, desde tomar determinadas medicaciones, como pueden ser los antihipertensivos o los antidepresivos, a patología glandulares, tener diabetes o simplemente introducir cambios en los estilos de vida (fumar, aumentar el consumo de alcohol...etc.), los profesionales dentales (entre los que se encuentran los higienistas dentales) nos pueden ayudar a detectar las causas que producen la alteración del flujo salivar e incorporar cambios que nos lleven a recuperar la sensación de bienestar que ofrece un flujo salival adecuado. En ocasiones introducir un simple hábito correcto de hidratación (beber agua) o modificar hábitos como fumar o exceso en el consumo de cafeína, pueden ser suficientes para conseguirlo.

Comisión de Prevención y Salud Oral.

Colegio Profesional de Higienistas Dentales.