



Xerostomía e Hiposalivación (“Boca Seca”)

¿Qué es la xerostomía e hiposalivación?

La xerostomía es la sensación de tener la boca seca. Muchos (pero no todos) los pacientes que tienen esta sensación también tendrán una disminución notable y medible de la cantidad de saliva en la boca, una enfermedad conocida como “hiposalivación” o “hipofunción de las glándulas salivales”. Muchos médicos utilizan los términos “xerostomía” e “hiposalivación” indistintamente porque la mayoría (pero no todos) de los pacientes con xerostomía también tienen hiposalivación. A veces, la boca puede sentirse seca y sin que esté seca en realidad (xerostomía sin hiposalivación). La saliva no solo lubrica la boca, sino que también ayuda a combatir las infecciones, por lo que una reducción en la cantidad de saliva aumenta su riesgo de molestias bucales, caries e infecciones por levaduras.

Aunque es normal que produzcan menos saliva durante el sueño, los pacientes con boca seca comúnmente describen sus bocas como que se sienten “secas”, “como papel de lija” o “como un desierto” en todo momento y suelen llevar una botella de agua con ellos dondequiera que vayan. Los pacientes informan que tienen una película o placa dental más que la habitual sobre los dientes, que la lengua y los labios se les pegan a los dientes, que la boca se siente áspera o hinchada, o que tienen dolor, ardor y sensibilidad. Los pacientes pueden notar que sienten un sabor “amargo” o “metálico”, o incluso tienen sensaciones gustativas reducidas o carecen de dichas sensaciones. Algunos pacientes tienen dificultad para hablar y masticar alimentos y pueden perder peso en consecuencia. En casos graves, los pacientes tienen dificultad para tragar y la comida se les queda pegada en la garganta. Estos síntomas se deben a la disminución de la lubricación generada por el flujo salival reducido. La mucosa bucal, especialmente la de la lengua, puede parecer seca y de color rojo con acumulación mínima de saliva bajo la lengua; en ocasiones, aparecen úlceras bucales. La saliva es, a menudo, espumosa, espesa, pastosa y pegajosa, o la lengua puede estar recubierta y de color blanco.

¿Cuál es la causa de la hiposalivación?

Las tres causas más comunes de la hiposalivación son los medicamentos, la ansiedad o depresión crónica y la deshidratación. Algunos medicamentos que causan resequeadumbre en la boca son los tratamientos para la sinusitis, la presión arterial alta (como “píldoras de agua”), la ansiedad y la depresión, trastornos psiquiátricos o una vejiga hiperactiva. Los pacientes que reciben tratamiento con varios medicamentos son particularmente propensos a desarrollar una enfermedad de boca seca. Una causa poco frecuente pero importante de la boca seca es la radioterapia para el cáncer en la cabeza y el cuello, durante la cual se dañan las glándulas salivales de manera irreversible. En enfermedades como el síndrome de Sjögren (una enfermedad autoinmune) y la enfermedad crónica del injerto contra el huésped vista en receptores de trasplante de médula ósea, el propio sistema inmunológico del paciente puede ocasionar daños a las glándulas salivales.

¿Cómo sabemos que tiene hiposalivación?

Un médico clínico experimentado, por lo general, puede hacer el diagnóstico al escuchar los antecedentes y realizarle un examen al paciente. En algunos casos, se pueden tomar biopsias y se pueden pedir análisis de sangre para descartar un diagnóstico de síndrome de Sjögren. Aunque no se mide el flujo salival como rutina, esta prueba se puede realizar como parte de la evaluación.

¿Cómo tratamos la xerostomía y la hiposalivación?

Hay muchas maneras de tratar los síntomas de la boca seca. Mantenerse bien hidratado bebiendo de 6 a 8 vasos de agua al día es una manera sencilla y eficaz para tratar esta enfermedad, y algo que puede hacer fácilmente por sí solo. Se deben evitar o minimizar las bebidas alcohólicas y con cafeína ya que provocan deshidratación. Si tiene problemas ya que la comida se le queda pegada en la garganta, es útil beber agua con las comidas, evitar los alimentos densos y secos como galletas y pan, y cortar la carne en trozos pequeños y masticar bien antes de tragar. El uso de goma de mascar sin azúcar que contenga xilitol y caramelos duros es de gran ayuda en la estimulación de las glándulas salivales a fin de que generen más saliva. Muchos pacientes obtienen alivio sintomático utilizando productos Biotene™ (como el gel y el enjuague bucal Oral Balance™), y pueden



Xerostomía e Hiposalivación (“Boca Seca”)

continuado...

solicitarlos a su farmacéutico local sin receta. Sin embargo, hay muchos otros productos para la boca seca que están disponibles y su farmacéutico debe poder recomendarle algunos de ellos.

En algunos casos, su médico le puede recetar un medicamento que estimule las glándulas salivales para producir más saliva, como por ejemplo la pilocarpina (Salagen™) o la cevimelina (Evoxac™). Estos medicamentos se toman tres veces al día, antes de las comidas y, en muchos casos, pueden pasar varias semanas antes de que se experimente su beneficio completo. Aunque es poco frecuente, entre los efectos secundarios se incluyen sudoración excesiva, aumento de la necesidad de ir al baño a orinar o, rara vez, un malestar estomacal. Hágale saber al médico si tiene asma no controlada, glaucoma de ángulo estrecho o enfermedad pulmonar obstructiva ya que estos medicamentos pueden no ser adecuados para usted en estos casos.

Es importante tratar de prevenir las caries y las infecciones por levaduras, dos efectos secundarios comunes de la sequedad en la boca. Debe reducir el consumo de bebidas que contienen azúcar, como jugos de frutas y bebidas sin alcohol, porque contribuyen al desarrollo de caries. A todos los pacientes con boca seca de grado importante se les dará una receta para un tratamiento de flúor en el hogar, tales como fluoruro de sodio al 1.1% (por ejemplo, Prevident™, para ayudar a prevenir las caries). Este producto está disponible ya sea como una pasta de dientes o como un gel. Después del cepillado dental de rutina, se aplica el gel a los dientes con el cepillo de dientes por la noche y se debe dejar colocado por lo menos 2 minutos antes de enjuagarlo. En algunos casos, su odontólogo le puede fabricar cubetas blandas, como las utilizadas para blanquear los dientes, para la aplicación del flúor. Esto es especialmente importante para los pacientes sometidos a radioterapia en la cabeza y el cuello. Para el cepillado dental de rutina, es posible que el uso de pasta de dientes para niños o pasta de dientes Biotene™ sea de utilidad si su pasta de dientes normal es demasiado irritante. Es muy importante que consulte a su odontólogo con regularidad para realizarse exámenes, radiografías y limpiezas. Debe recibir tratamiento para todas las caries tan pronto como sea posible.

Algunos pacientes tienen infecciones recurrentes por levaduras derivadas de la enfermedad de la boca seca, y esto hace que la sensibilidad y el dolor sean aún peores. Comer yogur 2 a 3 veces al día ayuda a reducir las infecciones por levaduras en algunos pacientes. Otros pueden necesitar tratamiento con medicamentos como comprimidos de nistatina, clotrimazol o fluconazol. La nistatina y el clotrimazol en los EE. UU. contienen azúcar y su uso crónico puede generar caries. El fluconazol 100 mg es muy eficaz y se puede tomar una vez al día durante 5 a 10 días para las infecciones agudas o una vez a la semana para prevenir infecciones recurrentes.

La falta de sabor de los alimentos es consecuencia, por lo general, de la disminución del sentido del olfato ocasionado por la mucosa oral y nasal seca. Aún así, debería poder sentir los cinco sabores habituales: salado, dulce, ácido y amargo. Los aerosoles nasales con solución salina (tales como OCEAN™) aplicados varias veces al día y antes de las comidas para hidratar la mucosa nasal pueden mejorar sus sentidos del gusto y del olfato.

¿Cuáles pueden ser mis expectativas?

En general, la hiposalivación tiende a ser crónica. En algunos pacientes, discontinuar el tratamiento con un medicamento que causa boca seca puede revertir esta enfermedad. Sin embargo, ya que muchos pacientes están tomando los medicamentos para enfermedades crónicas (como por ejemplo, para la presión arterial alta, la depresión o problemas de la vejiga), la sequedad de boca suele durar años si no toda la vida. Muchos pacientes informan que se acostumbran a la sensación de sequedad y con el paso del tiempo, les genera menos molestias.

