
O QUE É BOCA SECA?

O que é boca seca?

Boca seca [xerostomia] significa que você não produz saliva o suficiente para manter sua boca úmida. Todos podemos ter a boca seca, vez ou outra, especialmente se estamos apreensivos, tristes ou sob estresse. Mas se você tem a boca seca sempre ou a maior parte do tempo, isto pode ser desconfortável, causando problemas de saúde mais sérios ou ainda indicar a existência de uma doença mais grave. Isto porque a saliva faz mais do que simplesmente manter a boca úmida – ela ajuda a digerir o alimento, proteger os dentes das cáries, prevenir infecções ao controlar as bactérias da boca e tornar possível a mastigação e a deglutição.

Há várias razões que levam as glândulas que produzem saliva, chamadas de glândulas salivares, não funcionarem adequadamente. São elas:

- Efeitos colaterais de alguns medicamentos – Mais de 400 remédios podem causar boca seca, incluindo anti-histamínicos, descongestionantes, analgésicos, diuréticos e remédios para pressão alta e depressão.
- Doenças – Doenças que afetam as glândulas salivares, tais como diabetes, doença de Hodgkins, mal de Parkinsons, HIV/AIDS e síndrome de Sjögren, podem causar boca seca.
- Radioterapia – As glândulas salivares podem ser danificadas se sua cabeça ou pescoço forem expostos à radiação durante o tratamento de câncer. A perda da saliva pode ser total ou parcial, permanente ou temporária.
- Quimioterapia – Drogas utilizadas no tratamento contra o câncer podem tornar a saliva mais espessa, ou mais viscosa, causando a sensação de secura na boca.
- Menopausa – Mudanças nos níveis de hormônios afetam as glândulas salivares, deixando as mulheres durante e após a menopausa com uma sensação constante de secura na boca.
- Fumo – Muitos fumantes de cachimbo, charuto e cigarro apresentam boca seca.

Como saber se tenho boca seca?

Todos temos a boca seca de vez em quando. Mas, quando esta sensação persiste, você pode estar com um problema na produção de saliva. Os sintomas de boca seca incluem:

- Sensação de secura e pegajosidade em sua boca;
- Dificuldade de deglutição;
- Sensação de queimação em sua língua;
- Sensação de secura em sua garganta;
- Lábios rachados;
- Paladar reduzido ou um gosto metálico em sua boca;
- Feridas na boca;
- Mau hálito freqüente;
- Dificuldade de mastigar/falar.



Informações sobre saúde bucal

Como tratar a boca seca?

A única maneira definitiva de curar a boca seca é tratando sua causa. Se o seu problema é resultado de medicação, seu médico poderá mudar sua prescrição ou dosagem. Se suas glândulas salivares não funcionam normalmente, mas ainda produzem alguma saliva, seu médico poderá lhe dar um medicamento que ajude as glândulas a funcionarem melhor.

Se a causa de sua boca estar seca não puder ser eliminada você poderá restaurar a umidade de sua boca de diversas maneiras. Seu dentista pode recomendar hidratantes bucais, como substitutos de saliva. Enxagües com soluções bucais especialmente formuladas para diminuir a secura também podem aliviar o problema. Você também pode:

- Beber água ou bebidas sem açúcar com frequência;
- Evitar bebidas com cafeína, como café, chá ou alguns refrigerantes, que também podem causar a secura da boca;
- Mascar gomas sem açúcar ou chupar balas duras sem açúcar para estimular o fluxo de saliva (se houver alguma glândula salivar funcionando);
- Não utilizar tabaco ou álcool, que ressecam a boca;
- Estar ciente de que alimentos condimentados ou salgados podem causar dor em uma boca seca;
- Utilizar um hidratante bucal no quarto, durante a noite.

Visite o www.colgate.com.br

Sua fonte de informações na Internet para ter um sorriso atraente e saudável, juntamente com as últimas novidades e indicações sobre higiene bucal

© 2002 Colgate-Palmolive Company. Todos os direitos reservados. O uso das informações contidas neste site está sujeito aos termos de nossa Declaração Legal/de Privacidade. Todas as informações são armazenadas e usadas de acordo com a declaração sobre privacidade.