

SERVICIOS AL LECTOR

EL CORREO DEL GOLFO pone a disposición de los lectores secciones que permiten realizar consultas sobre materia legal, laboral, visados, finanzas o medicina. Al frente de ellas están reconocidos profesionales que ejercen en Emiratos Árabes como la abogada María Rubert, el médico Luis Gavin o el asesor financiero Ángel Lemos. Las secciones tienen asimismo presencia diaria en **www.elcorreo.ae**.



ESPECIALISTA MÉDICO

POR LUIS GAVIN
www.drluisgavin.com

Dirija sus cuestiones a redaccion@elcorreo.ae

¿Presta la suficiente atención sanitaria a su lengua?

Dicen que los ojos son el reflejo del alma... y la lengua es el espejo de la salud que se refleja valorando su color, textura, hidratación, superficie, surcos, volumen, color y gusto. Es uno de los orificios naturales del cuerpo y como tal se encuentra expuesto a infecciones y contagios. Como ventaja está que es visualizable y explorable.

La lengua habla del aparato digestivo, de la alimentación, del estado emocional. Afecta a la digestión ayudando a preparar los alimentos para el estómago y también es un indicador de aspectos como la respiración excesiva por la boca, la falta de descanso, la alimentación o las emociones. Además, tiene una estrecha relación con las vísceras y los órganos, por ejemplo el intestino.

Se compone de músculos y papilas principalmente y es normal que tenga un surco principal en el medio. Su color es siempre muy revelador. Por ejemplo, la lengua azulada expresa frío interno o sangre estancada que no circula y la lengua pálida alerta de falta de sangre, anemia o hipotensión.

Puede alojar cáncer o lesiones precancerosas. Lo positivo es que se pueden detectar precozmente por observación al ser un orificio natural, pero esto no debe generarnos confianza porque son iguales de malignas que en otra parte del cuerpo.

La lengua puede provocar infecciones en la boca por depósito de residuos o bacterias en su superficie y en las encías que después pasan a los dientes. Es el caso de hongos que generan mal aliento, mal sabor de boca o úlceras bucales.

Y nunca olviden que las infecciones en la boca son contagiosas. Es muy importante tener presente que las bacterias bucales pasan al estómago y también que todo lo que

depositemos en la boca y esté contaminado es un potencial foco de infección, por ejemplo morderse las uñas ya que son un gran depósito de suciedad.

Para mantener la lengua en buen estado de salud es aconsejable una buena alimentación rica en zinc o vitamina B. Asimismo es fundamental descartar patologías infecciosas, sobre todo porque se podrían transmitir contagios a nuestra pareja.

El estado emocional igualmente se puede determinar si se observa la lengua. Unas defensas bajas pueden dejar en la boca o en los bordes de la lengua rastros que indican apretamiento dentario por stress. Además, el bruxismo -rechinar de los dientes- puede propiciar problemas de digestión y un mal funcionamiento de varios órganos vitales como el hígado.

Igualmente hay que observar si se mastica tiempo suficiente o si se tragan rápido los alimentos y la digestión es lenta; si la lengua presenta movimientos temblorosos; o si existen lesiones, manchas, úlceras, rugosidades como signo de lesión pre o cancerosa

Como norma general la lengua debe estar rosada y limpia. Para conseguirlo existe un tratamiento específico totalmente diferente al que se

aplica a los dientes: el diente es liso y la lengua rugosa, mecánica, con surcos y es necesario gas ozono para su desinfección fina.

En cualquier situación se requiere un médico estomatólogo y cirujano maxilofacial para que estudie el caso y aplique el tratamiento adecuado a la lengua, que es un órgano escasamente conocido y poco valorado tanto por profesionales como por la población en general.

Dr. Luis Gavin, Cirugía Oral & Maxilo Facial; Medicina del Sueño; Articulación Temporomandibular; Medicina Wellness / Contacto: info@drluisgavin.com com +971567048581 www.drluisgavin.com

