

¿Sabes qué enfermedades se reflejan en la lengua?

- **Diversas patologías y trastornos modifican las características normales de la lengua, cambiando su color o propiciando la aparición de grietas o manchas.**
- **Ante cualquier alteración en la lengua que no desaparece en unos días, se recomienda acudir al dentista para que realice un diagnóstico e indique el tratamiento indicado, o derive al paciente al especialista adecuado.**

Madrid, 2 de agosto de 2023. La lengua es un órgano fundamentalmente muscular muy vascularizado que desempeña varios roles y funciones vitales en el cuerpo humano. Y aunque, en general, no se le dé demasiada importancia, es esencial para diversas funciones como la fonación y la comunicación, la masticación, deglución, la percepción del sabor, y la limpieza y lubricación bucal.

Pero, además, la lengua es un órgano en el que los profesionales sanitarios pueden detectar numerosas enfermedades. La lengua de una persona sana es rosada y limpia, pero hay patologías que modifican sus características:

-La falta de vitaminas A, B2 y C suele causar con una inflamación de la lengua (glositis). Asimismo, un déficit de vitaminas, el estrés o los cambios hormonales pueden provocar la aparición de grietas en la lengua, lo que se denomina lengua geográfica.

-Anemia: una lengua pálida puede ser indicio de anemia, que se caracteriza por una disminución de los glóbulos rojos o la falta de hierro en el organismo.

- Deficiencia de vitamina B12: si la lengua está enrojecida, inflamada o lisa puede ser un síntoma de deficiencia de vitamina B12, una condición que afecta la producción de glóbulos rojos y el funcionamiento adecuado del sistema nervioso.

-Infecciones fúngicas: los hongos, como la candidiasis oral, pueden producir una capa blanca en la lengua y las membranas mucosas.

-Problemas hepáticos: la ictericia es un trastorno caracterizado por un tono amarillento en la piel, los ojos y, en ocasiones, de la lengua.

-Enfermedades autoinmunes: En condiciones como el lupus eritematoso sistémico o la enfermedad de Behçet, pueden aparecer úlceras y llagas en la lengua.

-Patologías cardíacas y problemas de circulación: la lengua adquiere una pigmentación color púrpura.

- Enfermedades del aparato digestivo: las úlceras o el reflujo pueden provocar que la lengua se vuelva de un tono grisáceo.
- Infecciones bacterianas: algunas, como la escarlatina o la sífilis, pueden causar cambios en la lengua, como una apariencia "fresa" o llagas dolorosas.
- El excesivo consumo de tabaco, alcohol, café y té negro pueden provocar una afección denominada "lengua vellosa", que se caracteriza por el color negrozco y la aparición de vello en la misma, pero que desaparece al suprimir el consumo de estos productos.

Cómo mantener la salud de la lengua

El Dr. Óscar Castro Reino, presidente del Consejo General de Dentistas, insiste en la importancia de mantener la lengua en buen estado: "Es necesaria una higiene bucal adecuada. Además de cepillar los dientes, hay que limpiar la superficie de la lengua para eliminar las bacterias y los restos de alimentos que se acumulan en ella. Para ello, se recomienda usar un raspador lingual o un cepillo específico para la lengua, diseñados para eliminar las bacterias y residuos de alimentos que pueden acumularse en la lengua".

Otro consejo es eliminar los factores irritantes como los dientes rotos, las coronas o prótesis mal ajustadas, y evitar el consumo de tabaco y alcohol. Asimismo, una dieta equilibrada y rica en frutas y verduras permitirá evitar el déficit de vitaminas que afectan negativamente a la lengua.

"En conclusión, -declara el Dr. Castro- la observación de la lengua puede ser una herramienta complementaria útil en el diagnóstico de ciertas enfermedades y trastornos. Ante cualquier alteración o cambio inusual en la lengua, se recomienda acudir al dentista para recibir un diagnóstico y tratamiento adecuados".

Consejo General de Colegios de Dentistas de España

Creado en el año 1930, es el Órgano ejecutivo de la Organización Colegial de Dentistas. Entre sus competencias destacan la coordinación de la política general de la Organización Colegial, la ordenación del ejercicio de la profesión, la representación y la defensa de los intereses de sus profesionales, y la promoción del derecho a la salud odontológica de los españoles. Es también competencia del Consejo General la elaboración, desarrollo y actualización del Código Ético y Deontológico estatal de la profesión, así como de la promoción social, científica, cultural y laboral de la Odontología y la Estomatología.