

# La lengua, chivata de muchas enfermedades

---

Publicado el: 28-08-2023

Algunas enfermedades modifican las características normales de la lengua, cambiando su color o propiciando la aparición de grietas y manchas. Los dentistas analizan habitualmente este órgano para detectar posibles afecciones.

La lengua es un órgano musculoso que desempeña funciones vitales para el cuerpo humano y cuyas variaciones pueden ser una señal de alarma ante algunas enfermedades.

Es esencial para la fonación, comunicación, masticación, la percepción del sabor o la limpieza y lubricación bucal.

En una persona sana, la lengua suele estar limpia y tener un color rosado. Sin embargo, estas peculiaridades se alteran con determinadas patologías.

Por ello, los profesionales sanitarios, como los dentistas, suelen fijarse en este órgano para detectar posibles afecciones.

El Consejo General de Dentistas de España explica cuáles son algunas de las enfermedades que modifican el estado natural de la lengua y ofrece recomendaciones para mantener saludable y cuidado este órgano tan importante.

Enfermedades que se reflejan en la lengua

La falta de vitaminas A, B2 y C: suele causar inflamación en la lengua conocida como glositis. Además, un déficit de vitaminas, el estrés o los cambios hormonales pueden provocar la aparición de grietas en la lengua, lo que se conoce entre los expertos como lengua geográfica.

Deficiencia de vitamina B12: al igual que ocurría con la falta de otras vitaminas, una lengua enrojecida o inflamada puede ser un síntoma de deficiencia de vitamina B12, una condición que afecta a la producción de glóbulos rojos y al funcionamiento adecuado del sistema nervioso.

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

Infecciones fúngicas: es decir, las causadas generalmente por hongos, como la candidiasis oral, que puede producir una capa blanca en la lengua y las membranas mucosas.

Problemas hepáticos: pueden causar ictericia, un trastorno caracterizado por teñir de un tono amarillento la piel, los ojos y, en ocasiones también la lengua.

Enfermedades autoinmunes: el lupus eritematoso sistémico que suele producir erupciones en la cara y el cuero cabelludo, o la enfermedad de Behçet que es una inflamación crónica de los vasos sanguíneos. Ambos pueden propiciar la aparición úlceras y llagas en la lengua.

Patologías cardíacas y problemas de circulación: con las cuales 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: la escarlatina, enfermedad que afecta especialmente a los niños y se transmite por la saliva o la sífilis, una enfermedad de transmisión sexual, pueden causar cambios en la lengua que adquiere un aspecto más rugoso de apariencia como una "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 un color negruzco y la aparición de vello en la misma, pero que desaparece al suprimir el consumo de estos productos.

lengua enfermedades

Dentista examinando a un paciente. Imagen cedida por el Consejo General de Dentistas.

Un órgano fundamental

“Desde la antigüedad la lengua ha sido la base de la detección de de múltiples enfermedades” señala el doctor Óscar Castro Reino, presidente del Consejo General de Dentistas de España.

“Su forma y color son indicadores de muchas patologías y de hecho, hay tratados incluso de principios del siglo XIX que manifiestan los signos que dejan distintas enfermedades sobre la lengua “, explica el dentista a EFEsalud.

Según el especialista, muchos problemas motores, como un infarto cerebral o un ictus, pueden reflejarse en la lengua, de ahí la importancia de este órgano.

“Cuando una persona sufre un ictus se ven afectados sus músculos y en este caso se produce una desviación de la lengua. Esto se observa muy bien cuando al paciente le dices que saque la lengua y observas que no tiene coordinación motora, esto es uno de los signos de una afectación neurológica”, afirma el dentista.

El experto hace hincapié en la necesidad de cuidar la lengua y sostiene que no hay que maltratarla ni descuidarla porque si no puede tener consecuencias graves e incluso mortales.

Consejos para cuidar la lengua

El especialista Óscar Castro Reino insiste en la importancia de mantener la lengua en buen estado: “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 mantener la lengua saludable y limpia, el doctor recomienda:

Al limpiarla utilizar un raspador lingual o un cepillo específico. Estos aparatos están diseñados para eliminar las bacterias y los residuos de alimentos que pueden acumularse en la lengua.

Eliminar los factores irritantes como los dientes rotos, las coronas o las prótesis mal ajustadas.

Evitar las perforaciones como los piercings.

Reducir o eliminar el consumo de tabaco y alcohol.

Mantener una dieta equilibrada y rica en frutas y verduras que evite un déficit de vitaminas, perjudicial para la lengua.

Acudir a un dentista o especialista ante cualquier cambio o alteración en la lengua si no desaparece en unos días para que realice un diagnóstico.

**Fuente:** <https://netsaluti.com>