Estrogeni e salute della bocca

Prof.ssa Alessandra Graziottin
Direttore del Centro di Ginecologia e Sessuologia Medica H. San Raffaele Resnati, Milano

"Ho 65 anni, sono in menopausa da quando ne avevo 51. Mi sono caduti molti denti. L'ultima volta che sono stata dal dentista, dopo aver guardato le lastre che mi aveva appena fatto mi ha detto: "Ma lei soffre di osteoporosi? Ha mai fatto una densitometria?". Siccome non l'avevo mai fatta, me l'ha consigliata. Risultato: aveva ragione, ho proprio una brutta osteoporosi. In più, soffro di bocca secca. Le chiedo: davvero la salute dei denti è una spia dell'osteoporosi? Cosa posso fare adesso per migliorarla? E per la bocca secca?".
Giuseppina R. (Brescia)

Sì, il numero di denti correla con la salute dell'osso ("alveolare") su cui sono letteralmente "piantati". Più la donna soffre di osteoporosi, più l'osso alveolare è rimaneggiato e assottigliato, più è probabile che i denti cadano prima... e che gli impianti riescano meno bene. Del resto, specializzazioni funzionali a parte, sempre di osso si tratta. Ecco che allora il dentista può essere il primo medico a far diagnosi di osteoporosi, semplicemente contando il numero di denti rimasto in bocca e facendo una radiografia mandibolare o mascellare.

E' vero che gli estrogeni sono amici della bocca?
Sì, perché proteggono la salute di tutte le sue componenti: non solo dell'osso alveolare e dei denti, ma anche delle ghiandole salivari, delle papille gustative e delle gengive. Per esempio, la salivazione è indispensabile per assaporare i cibi (non a caso ci viene "l'acquolina in bocca") e per una migliore digestione. La secrezione salivare è regolata dagli estrogeni, e, in parte, dagli androgeni. Anche la composizione chimica della saliva è estrogeno dipendente. Purtroppo circa un terzo delle persone anziane soffrono di "xerostomia", o bocca secca. Questo sintomo è aggravato dall'assunzione di farmaci diversi. E' più probabile negli anziani che per condizioni di salute siano sottoposti a trattamenti polifarmacologici o, in particolare, con farmaci anticolinergici.
Viceversa, le donne in terapia con estrogeni, dopo la menopausa, riportano un senso di migliorato benessere orale, inclusa la scomparsa della fastidiosa sensazione di "bocca secca". Anche la sindrome caratterizzata da sensazione di bruciore in bocca (la "burning syndrome"), spesso associata alla sensazione di bocca secca, è massimamente presente nelle donne in postmenopausa. A volte, la secchezza della bocca può essere dovuta a una malattia autoimmune, detta sindrome di Sjogren, in cui l'organismo produce anticorpi contro le diverse ghiandole a secrezione esterna ("esocrine"), tra cui le ghiandole salivari.
Gli estrogeni sono dunque fattori di regolazione della quantità e qualità della secrezione salivare. La riduzione della salivazione compromette l'aderenza delle protesi dentarie, riduce la possibilità di masticare e gustare il cibo, specie se duro o croccante, e di facilitare la digestione, contribuendo ai cambiamenti alimentari nelle persone che invecchiano. Cambiamenti in genere in senso peggiorativo, in cui la ridotta qualità, la monotonia del cibo, la preferenza per cibi liquidi o

© 2009 - RCS Periodici - www.alessandragraziottin.it

semisolidi, che non richiedano masticazione, può comportare quadri carenziali alimentari, per esempio di proteine e vitamine, quali la B12, anche di considerevole entità, così frequenti nell'anziano/a. Non ultimo, un'adeguata secrezione salivare è indispensabile per articolare correttamente le parole, per il benessere complessivo della bocca e … per assaporare ancora il gusto dei baci!

Prevenire e curare – Come proteggere la salute della bocca

- Curare un'ottima igiene orale fin dall'infanzia, lavando accuratamente i denti dopo ogni pasto;
- fare regolari controlli odontoiatrici semestrali con pulizia dentale;
- mantenere un'alimentazione sana, con almeno 1000 mg di calcio al giorno e adeguata vitamina D;
- se indicati, calcio addensanti, quali i bifosfonati o il ranelato di stronzio, possono migliorare la densità dell'osso;
- dopo la menopausa, se non ci sono controindicazioni, iniziare una terapia ormonale sostitutiva a basso dosaggio, con ormoni bioidentici, che ci aiuterà a mantenere denti e ossa più sani, una bocca più giovane e un bel sorriso.

Novità dalla ricerca

La sindrome di Sjogren è una malattia autoimmune, in cui l'organismo produce anticorpi che attaccano le cellule delle ghiandole "esocrine", ossia che riversano i loro secreti all'esterno del corpo, come succede per le ghiandole salivari e lacrimali, le ghiandole dell'apparato gastrointestinale e quelle dell'apparato genitale. Causa secchezza agli occhi, secchezza della bocca, difficoltà digestive, secchezza vaginale con dolore ai rapporti.

La saliva contiene mucina, glicoproteine ricche di prolina e acqua. Le sue proprietà lievemente antibatteriche e difensive sono dovute alle immunoglobuline di tipo A, alle difensivine alfa e beta, a sostanze con attività batteriostatica, lisozima e così via. La carenza di saliva causa secchezza della bocca, fragilità delle mucose della bocca, difficoltà a deglutire e alterazioni del gusto. Queste ultime sembrano dovute alla ridotta solubilità del cibo nella saliva, il che riduce la stimolazione chimica delle papille gustative.

Per approfondimenti : Fife R. et Al. Sjogren's Syndrome Arch Int. Med 162: 1293, 2003

© 2009 - RCS Periodici - www.alessandragraziottin.it