

Preguntas y respuestas en Dermatología: las aftas Dra Cesaroni Estefanía. Médica Dermatóloga Universitaria. MP 71127

Las aftas (calores del estómago, fuego en la boca, fuego en los labios, llagas) son lesiones que se localizan en la boca y/o genitales. En la cavidad oral aparecen en el 25% de la población general en algún momento de la vida y pueden volver a aparecer en el 50%.

1. ¿Las aftas son herpes?

No. Las aftas suelen confundirse con herpes pero ambas enfermedades se localizan en diferentes partes de la boca y su origen es muy distinto. El herpes es producido por el virus Herpes simple y puede aparecer tanto en la boca como en la piel. El origen de las aftas es más complejo.

2. ¿Qué son las aftas?

Las aftas llamadas también por las personas como “calores estomacales, llagas, úlceras, fuego en la boca” son lesiones redondeadas, a veces pequeñas y otras muy grandes, blancas, que provocan dolor, ardor o picazón y cuando se ingiere alimento además pueden exacerbarse estos síntomas. Duran una o dos semanas y se resuelven de manera espontánea. Son más comunes en las mujeres entre los 10 y 40 años.

3. ¿si las aftas no tienen relación con problemas del estómago, a qué se debe su aparición?

En primer lugar, el médico debe examinar la boca para saber si se trata o no de aftas, existen otras enfermedades que presentan lesiones similares en aspecto. Una vez que aseguramos el diagnóstico se puede pensar en aftas primarias, es decir aquellas que no se relacionan con enfermedades sino que su origen proviene de traumatismos durante el cepillado de la boca, procedimientos odontológicos, alimentos duros o medicamentos. De todas maneras, en el 60% de las veces el estrés es la causa más relacionada. Entre las aftas secundarias están las enfermedades como la neutropenia cíclica, agranulocitosis, anemia por déficit de hierro, ácido fólico, zinc, vitaminas de tipo B, reacciones tóxicas y alérgicas. El cese del tabaquismo también se relaciona con la aparición de aftas.

4. Se curan las aftas?

Hablar de curación es difícil. El tratamiento va dirigido a disminuir los brotes cuando estos son frecuentes y deterioran la calidad de vida del paciente. Si la causa de las aftas se encuentra relacionada a una enfermedad en particular como las mencionadas previamente, se deberá realizar tratamiento específico de la misma e indicar medicación para aliviar los síntomas. Como medidas generales se debe mantener una buena higiene oral, lavado de dientes e hilo dental, ingerir alimentos blandos, fríos o templados, ingerir verduras frescas por su alto contenido en vitaminas y minerales, sobre todo zanahorias, espinaca y perejil, ricos en beta carotenos que aceleran la cicatrización de las mucosas. No consumir picantes, dulces, alimentos calientes y cítricos ya que aumentan el dolor. Eliminar chicles y caramelos duros. Evitar dañar la mucosa de la boca; masticar despacio para no morder el interior de los labios y mejillas. Mejorar el estrés (yoga, meditación).