

Diez curiosidades de la saliva que seguro te sorprenderán

- **La saliva ejerce muchas más funciones que la de simplemente mantener la boca lubricada e incluso tiene aplicaciones comerciales**

Foco

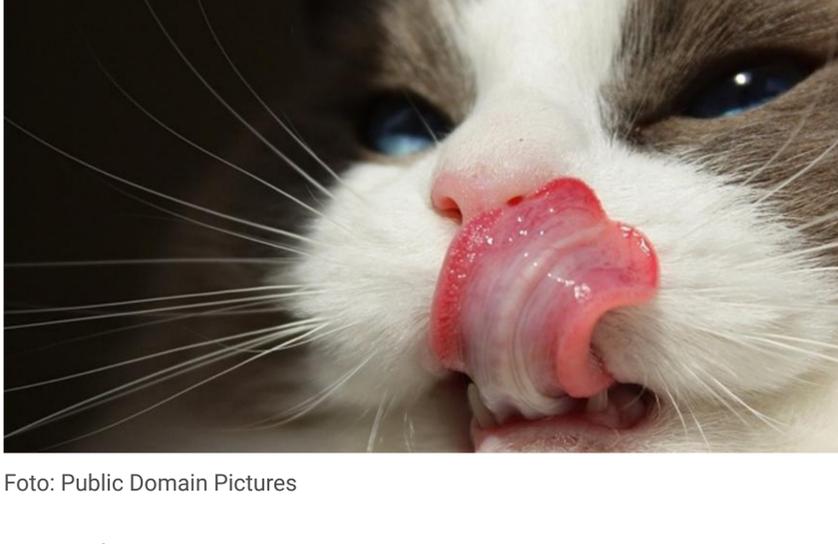


Foto: Public Domain Pictures

Seguir al autor/a

Durante toda su vida, una persona puede llegar a segregar casi **44 toneladas de saliva**, sobre todo de día y en menor medida de noche.

Este dato puede dar una idea de la importancia de este compuesto de nuestro cuerpo, que es en un 99% agua pero que contiene otro 1% de sustancias muy diversas y que realizan distintas funciones, algunas de ellas vitales para nuestro organismo. A continuación te explicamos diez curiosidades sobre tu saliva que seguro te sorprenderán.



1. Segregamos más de un litro de saliva diaria

En efecto, lo normal es que una persona adulta segregue **entre uno y medio y dos litros** de saliva cada día, en su mayor parte durante el día y en respuesta a estímulos como el hambre pero también el deseo sexual o el estrés. Buena parte de esta saliva se revierte al interior del sistema digestivo donde será reciclada, pero otra parte se pierde por evaporación.

2. Es la primera barrera de defensa del cuerpo contra las infecciones

La saliva es muy rica en compuestos con **funciones antibacterianas y antifúngicas** que eliminan muchos de los microbios que entran en nuestra boca cuando practicamos el sexo oral, con el alimento o simplemente cuando nos llevamos los dedos inconscientemente a la boca.

La **estaterina** es una proteína presente en la saliva con propiedades antibacterianas y antifúngicas; la **transferrina** y la **lactoferrina** son otras dos proteínas, en este caso anticuerpos o inmunoglobulinas, con funciones protectoras. Además, la **lisozima** y la **muramidasa** son dos enzimas con una potente actividad antibacteriana. Finalmente el **tiocianato** o sulfocianuro también es un potente antibacteriano.

3. Regula el pH de la boca

La saliva tiene un pH alcalino que evita oxidaciones y corrosiones de los dientes. Y esto se logra gracias a la presencia de **bicarbonato sódico**, que hace de regulador y evita que aumente la acidez.

4. Protege a las piezas bucales de la corrosión

Los bucales no sufren la corrosión a la que normalmente estarían expuestas piezas de su tipo -con capas minerales y a la intemperie- gracias a la saliva, que al lubricarlas hace de protector físico. Pero además su **riqueza en ión calcio** evita que este elemento se pierda por disolución de las piezas bucales. Adicionalmente, el pH básico no permite la actuación de las bacterias de la caries.

5. Posee las encimas capaces de digerir los alimentos

La presencia de enzimas como la **ptialina**, que es una amilasa, es decir que hidroliza el almidón para conseguir glucosa, facilitan la digestión previa de los hidratos de carbono. También la sacarosa es hidrolizada por la saliva y convertida en fructosa y glucosa. La **lipasa**, por su parte, es una enzima que comienza la digestión de las grasas en la boca de modo que facilita su digestión al liberar los ácidos grasos del ancla de la glicerina.

Estas enzimas, que viajan con el alimento a través del tubo digestivo, pueden facilitar el paso de algunas sustancias al **torrente sanguíneo** antes que actúen los ácidos gástricos, que seguramente las degradarán. Tal es el caso de una parte del azúcar o de algunos ácidos grasos de cadena corta.



6. Contiene un opiáceo seis veces más potente que la morfina

En 2006 investigadores del Instituto Pasteur de París descubrieron que [la saliva contenía un analgésico opiáceo](#) seis veces más potente que la morfina y que se conoce como **opiorfina**. Se le relaciona con la inhibición del dolor al masticar alimentos que puedan ser duros, pero también con la sensación de placer que se produce al comer e incluso [se ha postulado para tratar depresiones](#).

7. Sirve de control del equilibrio hídrico del cuerpo

La saliva es 99% agua y por lo tanto este elemento es muy necesario para conformarla, por lo que cuando desciende la proporción de agua en ella, que es lo mismo que decir que aumenta la concentración del resto de elementos, determinados sensores de la boca los detectan, inhiben la salivación y envían **una señal de sed** al cerebro para que nos rehidratemos.

8. Es fundamental para el sentido del gusto

Entre las innumerables sustancias que conforman la saliva existen algunos receptores químicos y eléctricos -iónicos- que se encargan de **activar las papilas gustativas** de la lengua de modo que demos respuesta cerebral a las sensaciones que nos producen los alimentos. Esta respuesta es lo que llamamos sabor y podríamos decir que la lengua es un conductor electroquímico del sabor.

Si probamos a secarnos la lengua y luego ingerimos un alimento sabroso, veremos que notamos mucho menos su sabor. A este respecto, en determinadas culturas se utilizan las hojas y las inflorescencias de la planta ***Acemella olerácea*** -[botón de sechuan](#)- como aperitivo antes de comer por su acción analgésica y salivante, que aumenta el sabor de la comida.

9. Funciona como un afrodisíaco selectivo

Los besos entre personas -con lengua- poseen una función de intercambio de salivas que [produce una comunicación hormonal entre los dos sujetos](#), de modo que las hormonas de una de las personas pueden actuar como afrodisíaco para la otra y viceversa. También puede provocar el efecto opuesto, es decir el rechazo, que puede darse por motivos como la **cercanía genética** entre los individuos, aunque no lo sepan, y que se identifique por determinados receptores químicos.

10. Se usa para restaurar cuadros y muebles antiguos

No es broma; es un viejo truco de los restauradores de obras antiguas [usar su propia saliva para limpiar cuadros](#), dada su **riqueza enzimática**, que ayuda a degradar impurezas. De todos modos es un proceso laborioso que requiere pericia y mucho cuidado. Normalmente los profesionales utilizan [saliva sintética](#), que se vende en tiendas especializadas.