

Xilitol, el mito

Xilitol, the myth

Las propiedades del Xilitol, residen en su estructura, es un alcohol de cinco carbonos, lo cual le confiere la dificultad de ser metabolizado por las bacterias orales, aprobado por la FDA en 1963.

Por consiguiente, la disminución del pH no se encuentra en niveles que generen desmineralización del esmalte. Se especula que tiene mayores efectos anticaries, debido a que los usuarios habituales permiten la generación de cepas resistentes de estreptococo mutas menos cariogénicas, esto debido a la reducción de polisacáridos extracelulares insolubles, alterando la adherencia a las superficies dentales; generalmente es consumido como pastillas o goma de mascar que incrementan la limpieza mecánica, amortiguando los ácidos, y aportando minerales al esmalte desmineralizado.

En la literatura existen pocos estudios controlados aleatorizados, y en los encontrados se muestra un pequeño efecto en la reducción de caries dental, con una calidad muy baja de las pruebas y una heterogeneidad considerable. Estudios con dosis más altas de xilitol (mayores de cuatro gramos por día) demostró una reducción media de la caries.

Concluyendo, se muestra un efecto no significativo, y muy baja evidencia en la prevención, permitiéndonos deducir que su efecto es incierto con las evidencias existentes actualmente, mostrando que con dosis de cuatro gramos por día, su efecto es más alto.

Por consiguiente, debemos ser cuidadosos con las esperanzas de este alcohol como método preventivo, quizás considerarlo un apoyo en protocolos preventivos de mayor envergadura.

Mtro. Enrique E. Huitzil Muñoz
Editor