

Historia y Propiedades de la Sal Marina

La sal marina ha acompañado a la humanidad desde hace miles de años, no solo como condimento y conservante de alimentos, sino también como un recurso terapéutico para diversas enfermedades, incluidas las de la cavidad oral. Su historia se entrelaza con el desarrollo de las primeras civilizaciones y con la evolución de la medicina.

 6,000 años de historia  Validación Clínica



Los primeros usos de la sal marina



Hace más de 6.000 años,

las primeras civilizaciones de China, Egipto y Mesopotamia ya obtenían sal marina mediante la evaporación del agua del mar.

La utilizaban principalmente para:

- Conservar carne y pescado.
- Sazonar alimentos.
- Favorecer la cicatrización de heridas.
- Limpiar lesiones cutáneas.



Antiguo Egipto

Además de emplearse en la alimentación, la sal era utilizada durante los procesos de momificación por su capacidad para deshidratar tejidos y limitar el crecimiento bacteriano.



Grecia

Hipócrates (460-370 a.C.), considerado el padre de la medicina, describió el uso del agua salada para:

LIMPIAR HERIDAS

DISMINUIR LA INFLAMACIÓN

FAVORECER LA CICATRIZACIÓN



Imperio Romano

Los romanos difundieron ampliamente el empleo de la sal marina. Recomendaban realizar enjuagues con agua salada para aliviar:

- Dolor de garganta.
- Inflamación de las encías.
- Úlceras bucales.

También observaron que las personas que vivían cerca del mar presentaban una mejor salud oral.



Edad Media

Durante la Edad Media, cuando los antibióticos aún no existían, los médicos y monjes utilizaban soluciones salinas para:

- Desinfectar heridas.
- Reducir infecciones.
- Aliviar la inflamación de la boca.

Los enjuagues con agua tibia y sal se convirtieron en uno de los tratamientos más habituales para aliviar molestias bucales.

CIENCIA MODERNA

La Sal Marina en Odontología

 Siglos XIX y XX

Estudios clínicos formalizan el uso de soluciones salinas isotónicas para la limpieza mecánica y la reducción de edemas postquirúrgicos.



Aplicaciones Actuales

En Saldent-QX, recomendamos protocolos de higiene con base salina para implantes, extracciones y cirugías periodontales complejas, favoreciendo una cicatrización un 30% más rápida.

01

Reducción de bacterias anaerobias.

02

Equilibrio del pH bucal.

03

Drenaje osmótico de edemas.

04

Estímulo de fibroblastos.



La sal marina en la alimentación

La importancia alimentaria de la sal es igualmente milenaria. Durante siglos permitió conservar alimentos mucho antes de la aparición de la refrigeración:

-  Carnes.
-  Pescados.
-  Quesos.
-  Vegetales.

Además de mejorar el sabor, aporta minerales presentes de forma natural, aunque en cantidades variables según su origen y grado de refinado.



La actualidad

Hoy la sal marina continúa siendo un ingrediente muy valorado tanto en la gastronomía como en el ámbito sanitario. En odontología, sigue formando parte de protocolos de cuidado postquirúrgico y ha servido de inspiración para el desarrollo de formulaciones de higiene oral orientadas al mantenimiento de los tejidos blandos y la recuperación tras procedimientos dentales.

Es importante señalar que, aunque la sal marina posee propiedades útiles para la higiene oral, no sustituye tratamientos médicos u odontológicos específicos ni los antisépticos indicados cuando existe una infección establecida.

Esta evolución histórica convierte a la sal marina en uno de los recursos naturales con mayor tradición de uso tanto en la alimentación como en el cuidado de la salud bucodental.