

Como Eliminar Las Bolitas blancas de la garganta 7 Secretos

DICIEMBRE 5, 2018 BY OSCAR LOPEZ [DEJA UN COMENTARIO](#) [\(EDITAR\)](#)

Aunque tan solo son 7 consejos, te serán útiles para que vayas aprendiendo como eliminar las bolitas blancas de la garganta.

Tabla de contenidos [\[mostrar\]](#)



Como eliminar las bolitas blancas de la garganta apestosas, es algo que debes saber para que no tengas problemas de salud ni con el relacionamiento con las otras personas.

Esta bolitas apestosas son también conocidas como **caseum**, **tonsilolitos**, **cálculos amigdalinos** o **pedras de las amígdalas**, [como ya te he dicho](#).

Existen muchos **temores y mitos** en relación a este molesto problema de la garganta.

La complicación **más frecuente** es la producción de [mal aliento o halitosis](#).

Pero también son capaces de producir otras complicaciones, incluyendo **faringoamigdalitis**.

Aunque no ocurre con frecuencia, los tonsilolitos pueden dar lugar a una complicación realmente **muy grave**.

Si no es atendida a tiempo, esta complicación podría llegar a producir la **muerte**.

No hablaremos de esto aquí, pero si tienes interés por saberlo, [puedes verlo aquí](#).

Ahora, vamos a lo que hemos venido: **conocer los 7 secretos**.

Secreto Número1 ¿Por qué huelen tan mal los tonsilolitos?

¿Ya te has preguntado porque esas bolitas de tu garganta huelen tan horrible?

O sea, ¿cuál es **la causa** del olor apestoso de las bolitas de la garganta?

Sin irnos por las ramas, desde ya te digo que ese olor es producido por **bacterias**.

Ahora bien, las bacterias de las bolitas son **anaerobias**.

Es decir, son bacterias a las que les gusta vivir en ambiente con muy poco oxígeno.

Las bacterias anaerobias producen **gases sulfúricos volátiles**, a base de azufre.

Por lo tanto, son esos gases azufrados lo **causantes** del horrible olor.

Ya te he contado lo que opinaban de esto en épocas pasadas, por lo que el mal aliento era visto [como algo maligno](#).

Tratar de evitar la producción de tonsilolitos y la excesiva proliferación de estas bacterias será lo primero a realizar.

[Los cálculos amigdalinos, tonsilolitos o bolitas blancas asquerosas de la garganta](#)

[son algo que debes aprender a combatir y eliminar. Hazlo aquí!](#)

[@LpezOscar](#)**CLIC PARA TUITEAR**

Secreto Número 2 ¿Cómo disminuir las bacterias anaerobias?

Creo adivinar que ya tienes idea de cómo hacer esto: Con una **buena higiene oral!**

Todos los días, después de cada comida y antes de acostarte debes **cepillar bien** tus dientes y lengua.

Sin embargo, esto no es suficiente.

Tienes que usar **hilo dental** antes de las cepilladas.

Si no lo haces, no extraerás los residuos alojados entre los dientes.

No olvides que, en parte, las bolitas están **formadas** por residuos alimenticios.

Además, en esos lugares, las bacterias anaerobias **proliferarán muy bien**, produciendo gases sulfúricos volátiles.



Secreto Número 3 La pasta dental

Contrario a lo que muchos creen, la verdad es que la pasta dental **NO** es lo más importante.

En realidad, el aromatizante contenido en el dentífrico, **no te ayuda mucho** a controlar el mal olor de la boca.

La razón es que su efecto desodorante dura **muy poco**.

¿Sabes qué es lo **verdaderamente importante**?

¡Un buen **cepillo dental**!

Con una buena higiene oral **disminuyes la cantidad** de bacterias anaerobias que pasaran a formar parte de las bolitas apestosas.

Ahora bien, más importante que el aroma de la pasta, son sus ingredientes.

Vigila que la que usas no contenga [lauril sulfato de sodio](#), que es dañino.

Tú puedes preparar tu propia pasta dental.

Ahora mismo te lo digo:

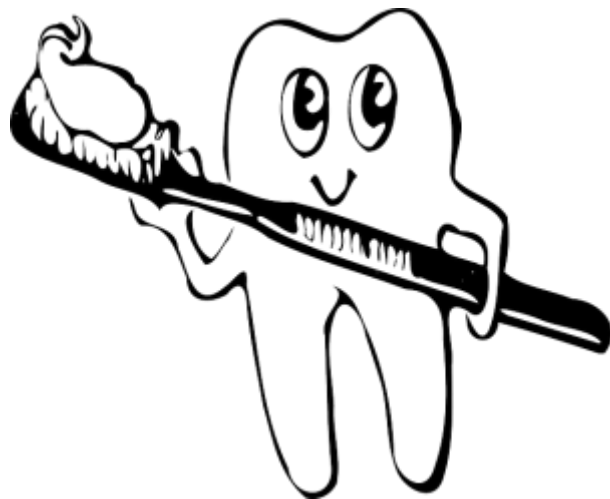
Ingredientes:

1. a) 110 ml de agua cocida con caléndula y salvia
2. b) 130 g de carbonato de calcio
3. c) 50 g de glicerina
4. d) ½ cucharadita de sal de mar
5. e) ½ cucharadita de bicarbonato de sodio
6. f) 15 gotas de aceite de oliva o de menta

Procedimiento:

Mezcla bien todos los ingredientes teniendo el cuidado de guardarlos en un recipiente hermético, y usa como cualquier otra pasta.

Fácil, ¿verdad?



Secreto Número 4 El enjuague bucal

Un buen enjuague bucal **te ayudará**.

Debes tener especial cuidado de que **no contenga azúcar ni alcohol**.

¿Por qué?

Porque el azúcar favorece a las **bacterias** y el alcohol puede llegar a producir **cáncer orofaríngeo**.

Idealmente, deberá usar **enjuague bucal** 2 a 3 veces al día, **acompañado de gárgaras**.

También puedes fabricar un buen enjuague bucal con:

- ½ vaso de agua U
- Un puñado de sal gruesa de cocina
- 1 cucharadita de vinagre de sidra

Una excelente **alternativa** la consigues diluyendo 1 a 2 gotas de aceite de árbol de te en ¼ vaso de agua.

Harás enjuagues y gárgaras 2 a 3 veces al día.

Además de ayudarte a **reducir las bacterias anaerobias**, favorecerán la **expulsión** de los cálculos amigdalinos.

Son una muy buena manera como eliminar las bolitas blancas de la garganta.



Secreto Número 5 Tu saburra lingual

La saburra es una capa blanquecina de **suciedad depositada sobre la lengua**.

Por si no lo sabes, la saburra de tu lengua es **muy similar** al caseum de las bolitas apestosas.

En realidad, está constituida prácticamente por los **mismo elementos**.

Como el **tercio posterior de tu lengua** es pobre en oxígeno, es un lugar favorito de las bacterias anaerobias.

Ocurre que la saburra fácilmente **se introduce** en las criptas de tus amígdalas favoreciendo la producción de tonsilolitos.

En consecuencia, cepilla tu lengua cada vez que cepilles tus dientes.

Deberás hacerlo **desde la parte posterior hacia adelante**, cuidando de no lastimarte tu lengua.

Existen unos raspadores de lengua, para este propósito.

Mas, en la práctica, basta con el cepillo dental.

Secreto Número 6 El vinagre de manzana

Es **muy bueno** para ayudar a eliminar las bolitas blancas de la garganta.

También es conocido como **vinagre de sidra**.

La forma de utilizarla es muy sencilla.

Pero no por sencilla es menos valiosa.

Simplemente, solo mezcla una cucharada (10ml) de vinagre de mañana en ½ taza de agua tibia.

Deberás beberla por **sorbos**, mientras está **tibia**, varias veces al día.



Secreto Número 7 El aceite de oliva extra virgen

Esto no es muy conocido.

Pero, el aceite de oliva extra virgen es **poderoso en la eliminación** de las piedras de las apesotosas piedras amigdalinas.

La ciencia aún no sabe exactamente el por qué de esto.

Quizá, al menos en parte, por sus propiedades antiinflamatorias.

Mas, ¿como eliminar las bolitas blancas de la garganta con aceite de oliva extra virgen?

Pues, tan solo debes hacer **gárgaras 2 a 3 veces al día** con aceite de oliva extra virgen.

Pruébalo y verás que da **buenos resultados**.

Resumiendo

Son muchos los métodos y procedimientos como eliminar las boitas blancas de la garganta.

Aquí solamente te he proporcionado 7 consejos o secretos fáciles y efectivos.

Hay casos leves y severos de bolitas blancas apestosas, por lo que no siempre el tratamiento será el mismo.

Algunas veces se vuelven necesarios los procedimientos quirúrgicos.

Sin embargo, conociendo bien todo lo relacionado con los tonsilolitos y lo que se debe hacer, casi nunca es necesario operar.

Si quieres saber lo que debes hacer y evitar cirugías, [haz clic aquí.](#)



[Descarga tu PDF](#)

Puedes descargar el contenido de esta entrada en formato PDF, haciendo clic abajo:



[Hacer Clic Aquí==>PDF](#)

¿Preguntas o comentarios?

Puedes colgarlos en “**deja un comentario**”, gustosamente te responderé en cuanto pueda.

Si el presente artículo ha sido de tu agrado y utilidad, por favor compártelo. Gracias.

