

• Las caries en los dientes de leche es la enfermedad infecciosa más común

LA LECHE MATERNA DISMINUYE LA APARICIÓN DE CARIES Y MALFORMACIONES

ALVARO CALDERÓN

PANIAGUA

acalderon@prensadelibre.co.cr

Fotos: Photos.com

La leche materna es el alimento más saludable para los dientes de los bebés, ya que disminuye el crecimiento bacteriano, la producción de ácido y por ende evita la aparición de caries dentales.

Según la doctora Telma Rubinstein, “la caries dental es una destrucción de los tejidos del diente como consecuencia de la falta de minerales provocada por los ácidos que genera la placa bacteriana”.

Agregó que el chupón no causa ningún beneficio y que el movimiento que el niño realiza con la lengua al amamantar favorece el buen desarrollo de los huesos y los músculos.

El chupón disminuye en un 50% que los dientes se esfuerzen porque, a la hora de succionar, la lengua se posiciona hacia abajo y lo que sucede es que se van desarrollando los músculos tanto maxilares como de mandíbula, y a la hora de estar en la mama lo que pasa es que al no tener la fuerza la lengua, el paladar se forma como una V y esta va expandiendo los maxilares inferiores y se empieza a formar una especie de mordida cruzada.

Con el chupón, la lengua no alcanza el paladar y al no alcanzarlo se malforma,



Para que los niños tengan una buena dentadura y sus dientes de leche no se vayan a cariar, es necesaria la leche materna.

y abajo se expande y queda una mordida cruzada, y a la hora de succionar se evitan las malformaciones y se van formando los músculos, “es como terminar de formar la boca con la amamantada”, dijo la doctora Rubinstein, cirujana dentista de Prisma Dental.

La Organización Mundial de la Salud (OMS) asegura que las caries en los dientes de leche es uno de los motivos principales de hospitalización de niños, ya que es la enfermedad infecciosa más habitual en ellos (es de 5 a 8 veces más que el asma), con un 8.4% de menores de dos años afectados.

Una alimentación rica en azúcares es la principal causa de caries ya que provoca la corrosión del esmalte de los dientes.

Además de alimentar a los menores con leche materna, se deben tomar en cuenta otras recomendaciones, con el fin de contribuir en mayor medida a la prevención de las caries tempranas y las



El chupón no es nada bueno para los niños porque lo que hace es producir deformaciones bucodentales.

malformaciones bucodentales.

Según la doctora Rubinstein, después de la aparición del primer diente, el bebé no debe ser alimentado por medio de chupón o del seno materno. Si el bebé necesita del chupón para usarlo como chupeta es necesario que solo contenga agua. Y nunca debe añadirse miel o azúcar, esto para que el biberón no le

vaya a provocar deformaciones bucodentales.

En el caso de las madres, durante el embarazo deben mantener su dentadura libre de caries, porque los microbios que producen estas pueden movilizarse a través del torrente sanguíneo y llegar al feto, por lo que la higiene bucodental en ella también se convierte en un factor a tomar en cuenta.



Según la doctora Telma Rubinstein, los padres pueden acudir a los llamados beberitos en lugar del chupón.