

Relación de la alimentación con el desarrollo maxilar



La alimentación como agente de estímulos deberá adecuarse a cada etapa del individuo. La lactancia materna, así como una correcta alimentación son de fundamental importancia no solo desde el punto de vista afectivo, nutricional, inmunológico, sino que también desde el punto de vista funcional.

Lactancia materna favorece al desarrollo bucal

Constituye una práctica indiscutible y la forma ideal de aportar a los niños los nutrientes que necesitan para un crecimiento y desarrollo adecuado. La lactancia materna estimula y favorece el desarrollo y maduración de las funciones de la cavidad bucal y contribuye en la prevención de anomalías dentales, bucales, maxilares y/o faciales.

La lactancia materna se relaciona con un adecuado crecimiento y desarrollo del maxilar y de la mandíbula, lo que provee de buenas relaciones intermaxilares, hecho que estimula favorablemente la acción muscular a través del

trabajo mecánico que ejerce el bebé para succionar y deglutir la leche. Esto contribuye notablemente al posicionamiento adecuado de la mandíbula y al crecimiento transversal de los maxilares, proporcionando el medio adecuado para un desarrollo apropiado de la oclusión dental. La lactancia materna genera un efecto positivo en la sincronización de las funciones del aparato bucal: succión, deglución, respiración, masticación y fonación.

Existen estudios que muestran que un periodo de lactancia materna mayor de 6 meses se relaciona con un menor índice de maloclusiones.

Importancia de la elección de alimentos para un buen desarrollo dental

La elección de alimentos más duros que deban masticarse influye en el desarrollo dental y de los maxilares en la infancia. En la actualidad el estilo de vida moderno nos está llevando a seguir una tendencia de alto consumo de alimentos de consistencia blanda así como

procesados, que pueden tragarse y digerirse rápidamente. Estos malos hábitos de masticación de los alimentos de la “dieta moderna” están relacionados con mal posiciones dentarias y escaso desarrollo de los maxilares.

El cambio en la forma de consumo de muchos alimentos influye de manera determinante en la salud bucal; y en la estructura y morfología craneofacial, el escaso trabajo muscular que requieren estos alimentos supone la alteración de las funciones normales y hacen que se provoquen la mayor parte de las alteraciones en el desarrollo del sistema masticatorio, que llamamos maloclusión. La función hace la forma, por lo tanto, al romperse ese mecanismo fisiológico se afecta el crecimiento y desarrollo facial.

La elección de alimentos que obliguen a masticar, siguiendo una dieta de alimentos de consistencia menos blanda, seca y fibrosa, es clave para promover la normalidad funcional, establecer un desarrollo dental adecuado, el desarrollo de los maxilares en edad de crecimiento y establecer una correcta oclusión bilateral alterante, sin asimetrías.

Bibliografía:

- Sosa Sánchez N, Reyes Suárez O, Pérez Navarro N, Mato González A. Diámetro transversal del maxilar y hábitos bucales perjudiciales en lactancia materna. Rev Ciencias Médicas vol.21 no.2 Pinar del Río mar.-abr. 2017
- Rondón R, Zambrano G, Guerra ME. Relación de la lactancia materna y el desarrollo Dento-Buco-Máxilo-Facial: Revisión de la literatura latinoamericana. Revista Latinoamericana de Ortodoncia y Odontopediatría. Año 2012
- Moreno A, Peña MF, Romero S, Quiros O, Flores Y, Quirós O. Disgnacias asociadas al exceso de dieta blanda en niños - Revisión de la literatura. Revista Latinoamericana de Ortodoncia y Odontopediatra. Año 2020