

## LOS DIENTES, SU EXPRESION EN LA VIDA ANIMICA.

### INTRODUCCION

En el ser humano ocurren dos hechos de gran importancia que marcan diferentes etapas en el desarrollo de su vida en la tierra: la erupción de la dentadura temporal conocida también como dentadura de leche y la aparición en boca de la dentadura permanente, definitiva o segunda dentición. Cada uno de los dientes que las constituyen, pasan por períodos de formación, calcificación, erupción y maduración para llegar finalmente a cumplir su función. Analizaremos brevemente cada uno de estos períodos, lo que nos permitirá entender la importancia que tiene el primer septenio en la vida del niño para el desarrollo de los dientes.

Desde el punto de vista de la ciencia natural, cada diente cumple una función en los procesos de masticación y deglución; en la articulación de fonemas, así como en la apariencia estética de una persona. Sin embargo si ampliamos la mirada en relación al ser humano y tomamos en cuenta aspectos anímico espirituales, podemos ver que los dientes cumplen funciones relacionadas con este ámbito.

Dentro de las enfermedades de mayor ocurrencia en el mundo está la caries, la cual es causada por múltiples factores que llevan a la destrucción de los dientes, sin embargo podemos evitar su manifestación tomando las medidas preventivas adecuadas.

### EVOLUCION DE LA DENTACION

Es un proceso rítmico que comienza durante la vida intrauterina y termina alrededor de los 18 años. Comprende las siguientes etapas: formación, mineralización, erupción y maduración.

La formación de los dientes temporales, primarios o de leche, depende de la salud, actitud y la alimentación de la madre, en cuyo organismo se desarrollan durante la embriogénesis a partir de la sexta semana de vida intrauterina.

La dentadura permanente, comienza a formarse a partir del cuarto mes de vida intrauterina y continúa durante el primer septenio de vida del niño. Es por esta razón que todo lo que ocurra durante esta etapa, tanto en el ámbito físico como anímico espiritual, va a tener una influencia directa en la formación de los dientes definitivos.

La mineralización, es un proceso que permite que el diente se endurezca a través de la incorporación de calcio y otros minerales. También comienza durante la vida intrauterina y termina casi completamente a los 7 años de edad, por lo tanto el esmalte de casi toda nuestra dentadura está prácticamente listo alrededor de esta edad, primer septenio. Este hecho es fundamental en la

prevención de caries. Sólo falta por formarse y calcificarse el Tercer Molar o Muela del Juicio.

La erupción corresponde a la salida de los dientes, que para los dientes temporales comienza aproximadamente entre los 6 a 9 meses de vida del niño, con la aparición del primer incisivo inferior y termina a los 2 y medio años en promedio. La dentadura permanente comienza a aparecer en boca a la edad de 6 años con el Primer Molar Permanente que se ubica por detrás del último molar de leche y culmina con la erupción del Tercer Molar o Muela del Juicio a la edad de 18 años aproximadamente.

Cuando el diente perfora la encía, el esmalte todavía no está listo, sí lo está su forma, pero no su dureza final. Es sensible como la piel de un recién nacido, y todavía debe terminar de endurecer para poder asumir correctamente su función. Este endurecimiento posterior es lo que se conoce como maduración, proceso que dura 2 años para cada diente desde que erupciona. Este proceso es tarea de la saliva que posee minerales disueltos que son incorporados en la superficie del diente, la saliva se constituye así en un alimento vital del esmalte dental.

#### FUERZAS FORMATIVAS SUPRASENSIBLES

Estos cuatro procesos hasta acá analizados, son influenciados por distintos ámbitos, no sólo lo físico es importante en cada etapa del desarrollo de un diente sino también la participación de las fuerzas formativas suprasensibles, que son aquel conjunto de fuerzas que no podemos observar con los sentidos. De acuerdo a la Antroposofía el cuerpo humano está construido por la intervención conjunta de cuatro principios o fuerzas cualitativamente diferentes. Dado que ellos actúan de un modo complejo, son también denominados cuerpos.

El "cuerpo físico" es sólo uno de ellos, es el que se forma según principios ligados al mundo material, es decir es portador de materia, y por lo tanto nosotros lo podemos captar con nuestros sentidos, lo podemos ver y tocar. El "cuerpo etérico", es portador de vida, le confiere vitalidad a la materia.. El "cuerpo astral" torna sensible esa materia viva, por sensibilidad se entiende la capacidad de sentir, de percibir, de tener sensaciones; pero solamente el "Yo" nos permite tener conciencia.

Para formarnos una idea viva de estos cuatro cuerpos, el mejor modo es observando su acción.

Cuerpo físico y dientes: el mundo físico aporta sustancias minerales necesarias para la construcción del diente. Sin embargo estos por sí solos no construyen el diente.

Cuerpo etérico y dientes: las fuerzas etéricas determinan la vitalidad de los

dientes y de las encías, permiten que un tejido crezca, cicatrice. En las encías ellas actúan intensamente durante toda la vida, mientras que en el diente, después de concluir su formación actúan poco, por lo tanto el esmalte queda con escasa vitalidad.

Cuerpo astral y dientes: le otorga sensibilidad al diente, en el esmalte ya no actúa, dónde más se ve su actuación es en la pulpa, lo que comúnmente se conoce como nervio, que tiene una gran sensibilidad.

Organización del Yo y dientes: su actuación se ve en la disposición de los dientes, en su desarrollo equilibrado, ninguno predomina sobre otro como es el caso de los animales por ejemplo en los roedores predominan los incisivos. También vemos su influencia en la forma externa del diente y en la mineralización o calcificación del esmalte.

### FUNCION ANIMICO ESPIRITUAL DE LOS DIENTES

Los dientes temporales son los dientes heredados. El niño durante el primer septenio, debe vencer los procesos de la herencia y comenzar poco a poco a labrar su propio cuerpo.

En los primeros siete años funciona la fuerza vital o fuerza constructiva , formando y modelando el cuerpo del niño. De este modo se adquiere la base física sana para toda la vida. Así se puede comprender que el niño necesita de todas las fuerzas constructivas para lograr su más completa formación orgánica antes del cambio de dientes, cambio con que la misma naturaleza nos indica que ha terminado de formarse la estructura básica del niño. Al concluir la formación de los órganos, estas fuerzas quedan libres para el desarrollo de la conciencia, del pensamiento, así el niño se vuelve un escolar susceptible de ser educado. Existe por lo tanto una íntima relación entre la erupción de los dientes permanentes y las facultades intelectuales del niño.

Cada diente en particular cumple una función anímico espiritual. El Primer Molar Permanente se relaciona con el desarrollo del cerebro y la capacidad pensante. Es el que marca el cambio de dentición a los 6 años de edad.

El Incisivo central permanente, expresa toda la esencia del ser humano, "yo estoy aquí". Y así con cada diente que aparece en la boca.

La dentadura permanente o definitiva es una construcción propia del niño, en esta se manifiesta la individualidad de cada ser. Los dientes muestran cómo lo anímico espiritual se vincula con lo físico corpóreo.

### CARIES

La caries es la dolencia más común de la humanidad. Ataca mucho más a los pueblos que consumen alimentos industrializados. Existe una tendencia aumentada en personas que no realizan buena higiene, que tienen una dieta rica en azúcares, en adolescentes y embarazadas. Sin embargo, en la actualidad se puede observar la aparición de caries en los niños a edades cada vez más

tempranas, lo cual tiene mucho que ver con lo sucesos acaecidos durante los primeros años de vida.

La caries implica una destrucción del esmalte por acción bacteriana. En la boca normalmente viven bacterias las cuales tienen la capacidad de adherirse sobre la superficie de los dientes como parte de su ciclo normal de vida. Cuando se ingieren alimentos, especialmente los azucarados, éstas descomponen los azúcares que contienen dichos alimentos produciendo la liberación de ácidos que debilitan el esmalte que finalmente termina destruyéndose.

### CARIES Y SU SIGNIFICADO ANIMICO ESPIRITUAL.

En la dentadura temporal la caries tiene más que ver con el entorno que rodea al niño, especialmente con los padres. En este sentido, lo que se manifieste en ellos como caries se debe, por ejemplo, a lo que vive el pequeño en la relación con sus padres, si se siente o no seguro y protegido por ellos. Esto puede afectar la vida anímica de los pequeños, lo cual se puede manifestar en una acidificación de la saliva, recordemos que ella es la que baña los dientes y permite el proceso de maduración como ya se mencionó, el que por lo tanto no podrá efectuarse de manera correcta.

En el caso de la dentadura permanente cualquier alteración que ocurra durante el primer septenio puede afectar el desarrollo de los dientes y hacerlos más susceptibles a la caries.

En este sentido la intelectualización temprana tiene un significado muy importante, niños que son estimulados muy tempranamente, ya sea con una escolarización precoz o bien expuestos a estímulos como los medios televisivos o al uso del computador, ven alterada la formación de sus órganos, entre ellos los dientes, debido a que las fuerzas constructivas que debieran estar modelando el organismo son ocupadas en procesos intelectuales antes de lo debido, se produce así un agotamiento de las fuerzas etéricas o vitales. Por lo tanto la estructura de los dientes en formación será más débil, lo que los hará propensos a cariarse.

Durante el segundo septenio la caries responde más a cambios en el ámbito astral, que la saliva se ponga más ácida y espesa perdiendo su capacidad de neutralizar ácidos, es un ejemplo de ello,

### FACTORES QUE AUMENTAN EL RIESGO DE CARIES

A Factores físicos:

1.- Ingestión de azúcar blanca este es uno de los factores más importantes.

2.- Falta de higiene, es un factor fundamental en la génesis de la caries, especialmente si va asociada al consumo de azúcar. Las bacterias que viven en

la cavidad bucal, constituyen la llamada "placa bacteriana" que si no es removida correctamente, a través de un buen cepillado, se acumula y cuando se ingiera alimentos especialmente ricos en azúcar se desencadenará una intensa actividad bacteriana, éstas fermentan los azúcares produciéndose la liberación de ácidos perjudiciales para el esmalte.

3.- Problemas en la calcificación del esmalte: éste presentará manchas blancas como la tiza en las zonas mal calcificadas.

4.- Deficiencias nutricionales: una alimentación pobre puede ser un factor que aumente la tendencia a la caries. Verduras cultivadas con abono químico son más pobres en magnesio. El potasio presente en la fórmula química inhibe la absorción del magnesio por la raíz.

### B Factores Vitales

Las fuerzas etéricas actúan intensamente en la formación del diente. Esto hace que cualquier debilidad de lo etérico se manifieste más tarde en un aumento de la incidencia de caries.

Entre los factores que debilitan lo etérico tenemos:

1.- Alimentación desprovista de vitalidad constituida por todos aquellos alimentos refinados e industrializados.

2.- Excesivo uso de medicamentos como antibióticos, antiinflamatorios, para la fiebre, etc que no permiten que el cuerpo se fortalezca venciendo él mismo la enfermedad.

3.- Intelectualización temprana

4.- Falta de ritmo: el ritmo es una necesidad interna, propia de la vida. Hay que diferenciar ritmo de rutina, esta última es impuesta desde afuera y está desprovista de afecto. Actividades hechas sin afecto desvitalizan el cuerpo etérico.

5.- Enfermedades asociadas que disminuyen la vitalidad

C Factores psíquicos (astrales) aquí se consideran todos aquellos factores que aumentan la actuación de las fuerzas astrales o bien la dificultan.

1.- Actividad mental: además de lo ya mencionado en relación a la actividad intelectual temprana y lo que ocurre con las fuerzas etéricas, con la intelectualización precoz se instala en los niños una pérdida de confianza en el mundo, surgen los miedos y la inseguridad.

2.- Estrés que altera los ritmos de vida, de sueño, de alimentación.

3.- Acidez: la boca se vuelve más ácida por la intervención de lo astral, pensamientos inadecuados colaboran con esto, "pensamientos ácidos"

### D Factores espirituales

La actuación del espíritu modera al organismo, es el que "comanda" su

formación. Puede tener dificultades para actuar en los planos etérico, astral o físico, pero él no enferma.

Se necesita de lo dulce para la actividad de los órganos y de la vida anímica pero de aquel dulce que se encuentra en la naturaleza en la fruta madurada al sol y que está asociado otros elementos, como Ca, Mg, P, Fe, K, etc, no de un terrón de azúcar. No confundir este dulzor natural con azúcar.

El azúcar disminuye la fuerza de voluntad y desequilibra la actividad del Yo en el organismo.

## MEDIDAS PREVENTIVAS

En nuestro medio odontológico y social es común asociar buena formación y salud dental, exclusivamente a buenos hábitos alimenticios y preventivos, lo cuál es verdadero sin embargo incompleto y reduccionista. Estos son sólo dos aspectos a considerar, si nos quedamos sólo con estos estamos teniendo una mirada materialista de los dientes.

Dentro de las medidas preventivas están: higiene, alimentación correcta, cuidados durante el embarazo, aspectos pedagógicos, controles periódicos con el odontólogo.

### Higiene

La limpieza de la cavidad bucal es imprescindible. Las bacterias que viven en la boca tienen la capacidad de adherirse sobre los dientes. El objetivo de realizar una correcta higiene bucal, es desprender precisamente la placa bacteriana adherida para así evitar la producción de ácidos. Sin embargo a las dos horas después de realizado el cepillado comienza nuevamente el proceso de adherencia de bacterias, por este motivo es que se indica el cepillado después de cada comida, siendo muy importante el cepillado nocturno, después del cual los niños no deben ingerir alimentos o líquidos, excepto agua.

Realizar una correcta higiene bucal requiere disciplina, si la fuerza de voluntad se encuentra debilitada, recordemos lo que ocurría con el consumo de azúcar, la persona no tendrá la disciplina necesaria para realizar un correcto cepillado.

En el caso de los niños hasta los 6 años y en algunos casos más allá de esa edad, el cepillado debe ser realizado por los padres, especialmente el cepillado nocturno. Aquí el cómo y cuándo de los hermanos, de los padres, pero muy especialmente de la madre, se transfiere al niño pequeño. Se debe utilizar un cepillo pequeño de manera de poder llegar a todos los rincones de la boca, antes de los tres años no se debe usar ningún tipo de pasta dental.

### Alimentación

En cuanto a la alimentación, es importante respetar el ritmo relativo al horario de las comidas, que comienza a ser impuesto desde la época del

amamantamiento, una alimentación adecuada vivifica, es decir estimula al cuerpo etérico.

Se recomienda el consumo de alimentos producidos con técnicas naturales ojala provenientes de cultivos biológico dinámicos. De no ser posible esto debemos cuidar el ofrecer a los niños alimentos preferentemente libres de hormonas, colorantes y agrotóxicos y evitar los transgénicos. Se recomienda un alto consumo de verduras y frutas frescas, así como el de cereales.

Debemos evitar el consumo de azúcar, incluso de azúcar integral y de miel, ésta última es igualmente perjudicial para el esmalte dental que cualquier otra golosina concentrada. Además el azúcar es un estimulante que hasta puede conducir a la adicción, su consumo introduce fuerzas de conciencia en el ámbito bucal.

Cada vez que ingerimos alimento, nuestra saliva se ve alterada acidificándose, sin embargo se recupera al cabo de unas horas, pero si constantemente estamos ingiriendo alimentos durante el día, la saliva permanecerá ácida por períodos muy prolongados tiempo. Esto es lo que ocurre cuando el niño ingiere alimentos entre las comidas, los que generalmente son poco sanos y altamente cariogénicos (productores de caries). En este sentido se debe cuidar lo que se les entrega para colación en el colegio. Evitar aquellos alimentos que tienden a quedarse adheridos muchas horas en los dientes, como las galletas de cualquier tipo, queques y golosinas en general. Preferir sandwichs vegetarianos, fruta en cualquier presentación; resulta fácil de preparar en casa "chips" de manzana por ejemplo. En cuanto a lo líquido evitar jugos envasados, reemplazar por agua con trozos de limón y menta sin azúcar o bien con rodajas de pepino que resultan sabrosas y atractivas para los niños. No olvidemos que ellos comerán lo que los adultos le proporcionen. Cuidar el sentido del gusto es importante, no lo alteremos con el falso sabor dulce de las golosinas y con la comida chatarra.

#### Aspectos pedagógicos

Las fuerzas etéricas procuran la construcción del cuerpo humano. Para poder apreciar el éxito de su trabajo, tenemos que fijarnos en los dientes definitivos o segunda dentición. Cuando estas fuerzas han llevado su trabajo hasta cierta conclusión, buscan encauzarse hacia nuevas actividades como lo son el aprendizaje y la memoria.

Ya se ha hecho referencia a lo que ocurre con la intelectualización precoz. En efecto, el modo o tipo de enseñanza influye en la salud del niño en general. Debería ser la función del hogar y de la escuela, proteger a los niños de los estímulos sensoriales y manipulaciones del aprendizaje prematuros y demasiado intensos.

Para concluir, debemos cuidar el desarrollo de una dentadura sana desde el embarazo y para toda la vida en especial durante el primer septenio. La caries no constituye un flagelo irreversible, podemos evitarla tomando las medidas preventivas mencionadas. Las bacterias que viven en nuestra boca no son las

culpables de producir caries, sino el individuo mismo que ha fomentado un medio inadecuado.

La salud de los dientes, como hprematuroso ver, es una tarea que compete no sólo al odontólogo sino también a padres y educadores.

#### ALIMENTOS Y MINERALES

Alimentos ricos en Calcio:

Vegetales: aceituna, acelga, alcaparra, almendra avellana, avena, azafrán, betarraga, brócoli, canela en palo, cilantro, coliflor, comino, lentejas, maravilla, mostaza, perejil, pistacho, repollo, zapallo.

Animales: leche y sus derivados, pescado

Alimentos ricos en Fósforo:

Vegetales: ajo, alfalfa, hojas de apio, arroz integral, arvejas, avellana, avena, castaña, cebada, centeno, azafrán, damasco, comino, habas, lentejas, maravilla, mijo, pistacho germen de trigo, zapallo, repollo de Bruselas.

Animles: leche y derivados, huevos, pescado

Alimentos ricos en Flúor:

Vegetales: ajo, avena, berros, betarraga, brócolis, cebolla, espinaca, frijol, habas, lechuga, manzana, repollo, trigo.

Animales: yema de huevo, pescado.

Alimentos ricos en Magnesio:

Vegetales: alcachofa, almendras, apio, arroz integral, berros, betarragas, cebada, centeno, trigo, higos, lentejas, moras naranjas, nueces, papas,plátano,repollo, repollo de Bruselas

Animales: leche y derivados, carnes, pescado y mariscos

Alimentos ricos en Silicio

Vegetales: aceitunas, achicoria, avena, cebolla, cerezas, espinaca, lechuga, manzana, mora, pepino, repollo, uva, zapallo, y principalmente todos los cereales integrales.

Animales ninguno.

Dra. Ana María Toro

Odontóloga

Especialista en Odontopediatría U de Chile

En formación en Odontología Antroposófica