

nos podemos fácilmente convencer leyendo los libros antiguos. En el siglo último existían infinidad de fórmulas, á cual más estupendas para la conservación del cutis. Nos podremos formar idea con la lectura de la *Toilette de Venus* (1771), del *Médecin des dames* (1776), de la *Toilette de Flora* y otros volúmenes que he consultado.



CAPITULO XI

LA BOCA Y LOS DIENTES

LA boca es, si así puede decirse, uno de los espejos de la salud. Y es bien cierto que unos labios sonrosados, unos dientes bien conservados y bien colocados, unas encías rojizas y duras, son indicios de una hermosa constitución; y también es muy cierto que los malos estados generales, los deterioros orgánicos, cualesquiera que sean, repercutiendo sobre el estado de la boca, decolorando los labios, descarnando y cariendo los dientes, hacen que las encías se vuelvan pálidas y sangrientas. Hay que dar, por esto, al tratamiento interno una capital importancia y cuidar, antes del tratamien-

to local, de los estados constitucionales, de los que puede ser un síntoma el deterioro bucal, como sucede en la cloroanemia, linfatismo, escrófula, diabetes, albuminuria, hemofilia, etc., etc.

Los preceptos higiénicos que reclaman los labios son generalmente muy sencillos; la mucosa tan delicada que los recubre, debe ser objeto de minuciosos cuidados de limpieza, sobre todo en las comisuras, donde bajo la influencia de la menor irritación se producen erupciones herpéticas. La vitalidad y la vascularización de los labios pueden favorecerse de vez en cuando con la costumbre de ligeras succiones ó pequeños mordiscos, teniendo cuidado de evitar la exposición de los labios humedecidos á la acción del frío ó del viento, si se quieren evitar los agrietamientos.

Estos curan fácilmente con lociones emolientes (agua de malvavisco) y con unturas grasientas, con cosméticos á la rosa ó sencillamente con la pomada fresca de cohombro. Si persistiera la grieta, se emplea la glicerina *bien neutra*. Pero este último remedio debe usarse con prudencia, pues hay la tendencia de abusar de él para los cuidados del tocador. Aplicada muy á menudo

sobre los labios, la glicerina ablanda y anemia estos órganos y por una especie de curtido suprime su elasticidad natural ó su animada rubicundez.

El grosor de los labios es signo de linfatismo; su palidez, de cloro-anemia; su lividez azulada, de asma ó de enfermedad del corazón; su sequedad, de diabetes. Los labios sanos deben estar húmedos y sonrosados.

Prescindiendo de los estados constitucionales, que no podemos tratar aquí, la higiene de las encías se confunde con la higiene de los dientes. Los dientes son las almenas de los labios.



Creemos que no hay nada que resulte tan placentero como unos hermosos labios y unos dientes bonitos, puesto que se hacen esfuerzos para ostentarlos á la luz del día.

«No hay mujer fea con dientes bonitos», ha dicho Jean-Jacques.

Las enfermedades dentarias trastornan el carácter de la mujer por varias causas. La extracción las espanta, no tanto por el dolor como por

el vacío que deja. ¡Hay que arreglar las facciones para que no se note la mano del dentista! Y en cuanto á la prótesis es para la imaginación de una mujer bonita una verdadera pesadilla. Hay que preocuparse por esto de la higiene y profilaxia de los dientes si todavía es tiempo.



Los cuidados que hay que dar á los dientes se desprecian á menudo ó son desconocidos. Estos órganos tan delicados (cuyo valor no se aprecia hasta que faltan), están destinados á triturar los alimentos y no á romper los cuerpos duros ó á cortar el hilo; cada vez que se separan los dientes de su fin fisiológico, se expone uno á arañar el esmalte dentario y abrir con ello una puerta de entrada á la caries. Hay que evitar con cuidado las temperaturas extremas; el uso de bebidas heladas, como el de las bebidas muy calientes, que hacen estallar el esmalte, viniendo después la pérdida de los dientes. El ejemplo de los ingleses que beben el te muy caliente, y el de los españoles, que toman el chocolate casi hirviendo, son célebres desde este punto de vista.

Más peligroso todavía, es el paso brusco del calor al frío, y podemos decir que la costumbre francesa de beber vino fresco, después de la sopa caliente, es la causa de muchas caries dentarias.

Es conocida la alteración de los dientes por el uso de ciertas aguas, y esto explica el por qué, en localidades análogas por la raza y las costumbres y hasta en países muy próximos, presentan habitantes tan diferentes desde el punto de vista del aparato dentario. Las aguas magnéticas, ferruginosas, y, sobre todo, calcáreas (pozos de París), han sido con razón acriminadas.

En el Formulario damos el método para limpiar los dientes ennegrecidos por las preparaciones ferruginosas. Debemos indicar que la antipirina (de que tanto se abusa) ennegrece igualmente los dientes, ó mejor, los amarillea. El agua oxigenada, en fricciones, quita estas manchas desagradables.

Doy á continuación un excelente *procedimiento para blanquear los dientes excavados*. Estando preparada la cavidad, lavadla con carbonato amónico, para neutralizar la acidez. Arrollad pa-

pel secante en un estilete de oro y empapadlo en pirozono á 25 por 100. Humedézcase mucho la cavidad y la superficie exterior, evaporando con aire caliente. Repítase hasta la desaparición del color vicioso.

Entre los alimentos perjudiciales á los dientes, hay que citar principalmente los ácidos (vinagre, limón) y los alimentos azucarados; estos últimos no obran, desde luego, en este sentido, más que á favor de la transformación del azúcar en ácido láctico, que ataca el esmalte dentario. Por esto los diabéticos tienen estropeados los dientes, pues se alteran por la influencia de la fermentación de la glucosa contenida en la saliva; en estos enfermos, los dientes pierden poco á poco su consistencia y toman una transparencia cérea característica.

Para evitar la influencia de la alimentación sobre el sistema dentario, hay que enjuagarse la boca después de cada comida con agua tibia y servirse de un mondadientes. Los mondadientes deben ser de pluma ó de madera; los mondadientes metálicos, aunque sean de oro, son peligrosos para la integridad del esmalte. Se pue-

den limpiar también los intersticios entre diente y diente, pasando con cuidado entre cada uno un pedazo de hilo estirado.



¿Cuál es la acción del tabaco sobre el aparato bucal? La pipa destruye los dientes y á veces ulcera las encías y los labios; pero el humo, ¿tiene por sí mismo una acción perjudicial sobre el aparato dental?

Esto es poco probable. Ciertos autores pretenden que la nicotina tiene sobre los dientes una acción bienhechora, neutralizando, por su alcalinidad, los ácidos de la boca y matando por sus propiedades antisépticas los microorganismos de la saliva y de la caries. Además, el carbón que se deposita en los dientes y los ennegrece, es para éstos un agente excelente de conservación. Estas proposiciones, adoptadas recientemente en la Sociedad odontológica de Londres, ¿son bastante científicas?

No podemos afirmarlo. Pero es de todos modos un hecho de observación que los fumadores están al abrigo de la caries y de los dolores

dentarios. Estamos por creer que la presencia del sulfocianuro potásico que, según Claudio Bernard, existe en gran abundancia en la saliva de los fumadores, es el que preserva de la odontalgia: «Ce mal plus douloureux, que le plus grand remords.»



Además de los enjuagatorios de la boca que deben seguir á cada comida, se deben cepillar los dientes por la mañana y por la noche. Esto se hará con más ó menos fuerza, según la susceptibilidad que las encías presenten; pero conviene acostumbrarlas gradualmente á una fricción dura, que es el mejor modo de tonificarlas. Se empieza empleando un cepillo de pelos blandos de tejón y se llega poco á poco al cepillo de pelos fuertes de jabalí.

No hay que exagerar esta operación ni descalzar á los dientes á fuerza de cepillarlos, como hacen algunas microbiomanas, que se inflaman la boca con una gran cantidad de dentífricos antisépticos concentrados.

Neisser, de Breslau, señalaba hace poco, dos

casos de eczema rebelde de los labios y de la cara en los niños, que atribuía al uso del odol, dentífrico muy popular en Alemania. El eczema que durante meses había resistido á todos los tratamientos, desapareció en unos días con la supresión del odol.

En otros dos casos, el uso de dentífricos, con pequeñas proporciones de esencia de menta y de clavo, parece también que determinaron eczemas incurables. Como el odol contiene esas mismas esencias, M. Neisser supone que representan el agente irritante de esta preparación, y pone en guardia contra el uso de aguas dentífricas aromatizadas con esas substancias.

Se puede, con el fin de corregir la susceptibilidad de las encías, untarlas ligeramente todas las noches con una mezcla, en partes iguales, de tinturas de ratania y de pelitre y mascar alguna pastilla de clorato de potasa sin azucarar. Bajo la influencia de este tratamiento se ve generalmente que las encías blandas y pálidas se hacen fuertes y rosadas. Una medicación más enérgica, en el caso de que la anterior fracasase, consiste en tocar las encías todos los días con una solu-

ción de un gramo de hidrato de cloral en 50 gramos de tintura de coclearia.

¿Por qué la higiene de la boca y la conservación de los dientes exigen el empleo de enjuagatorios y del cepillo? Porque el líquido salival que baña constantemente el aparato bucal, deposita sin descanso en la boca (ó más bien *precipita*, empleando la palabra técnica) partículas amarillentas, que se denominan tártaro dentario; este tártaro, compuesto principalmente de carbonatos calcáreos, es susceptible de adquirir un endurecimiento increíble; se puede decir que determina la mitad de las descarnaduras de los dientes y las tres cuartas partes de las inflamaciones de la boca. Los depósitos de tártaro son á veces tan considerables, que pueden englobar cada mandíbula en una masa única, envolviendo los dientes con una especie de vaina calcárea. Los hechos de este género, que no son muy raros, según dicen los especialistas, han dado origen á esos cuentos fabulosos de individuos que tenfan en cada mandíbula un solo diente semicircular.

Decimos que el tártaro determina; por sí solo

la mitad de las descarnaduras de los dientes y las tres cuartas partes de las inflamaciones de la boca. Esos depósitos se verifican principalmente en los gotosos y en los que caminan hacia la gota, bebiendo fuerte y comiendo mucho. Por esto, los individuos de las clases acomodadas van, cada seis meses, á casa de sus dentistas para hacerse limpiar la boca; es decir, para destruir esas estratificaciones de tártaro acumuladas en grandes proporciones. La operación es bastante delicada y necesita cierta habilidad. Pero, en general, el uso enérgico del cepillo basta para prevenir los depósitos tártricos. Conviene por esto acostumbrar á los niños á esta manipulación de higiene, indispensable para la conservación del sistema dentario.

El cepillo de dientes no debe emplearse nunca en seco. Se moja generalmente en agua tibia ó en dentífricos líquidos, cuyas fórmulas son variables y casi pudiéramos decir ilimitadas. Hay que huir de los dentífricos ácidos; su peligroso empleo, cuando están mal manejados, se reserva á los especialistas. Huid siempre de esos dentífricos japoneses... y de otros, á base de alumbre

que han causado la pérdida de tantas dentaduras, con el pretexto de darles una blancura brillante. Además, desconfiad de los polvos que blanquean demasiado: *son ácidos*.

De los polvos dentífricos, los mejores son los polvos vegetales, el polvo de carbón, por ejemplo, que posee calidades absorbentes y desinfectantes de primer orden: se le añade, generalmente, el polvo de quina, para hacer tónico el dentífrico; el polvo de iris de Florencia para perfumarle; un poco de clorato de sosa ó borato y un poco de jabón, á veces.

Los polvos compuestos que contienen clorato no deben estar porfirizados, porque es posible la explosión. El clorato, porfirizado, se agregará aparte.

Hay que emplear, sin embargo, con grandes precauciones y sólo sobre los dientes, el polvo á base de carbón, porque hay el peligro de exponerse, al fin de algún tiempo, á que las encías se queden tatuadas en negro indeleble, por las incrustaciones del polvo que en ellas se deposita. Los polvos minerales muy duros (coral, ágata, esmeril, piedra pómez, ojos de cangrejo, cuar-

zo, etc.) son de rechazar, porque rayan á la larga el esmalte dentario, abriendo una puerta á la caries. La creta alcanforada también es perjudicial al esmalte, por razones químicas.

Nuestros lectores encontrarán en el *Formulario* varias recetas de cosméticos para la boca y otros para la desinfección del aliento. Estos últimos no se aplican á esta enfermedad más que cuando obedece á una causa local.

Para corregir los olores de ajo ó de tabaco, nada mejor que las pastillas de cachunde (1) de Bolonia, cuya fórmula es bien conocida. Para tonificar la mucosa bucal aconsejamos lavarla, tres veces al día, con agua tibia, adicionada con algunas gotas de una mezcla (en partes iguales) de tintura de pelitre y de alcoholaturo de berro del Pará. Para absorber los gases odoríferos en las personas sujetas á los eructos, hay que emplear las pastillas de carbón vegetal aromatizadas.



No insistiremos más en los peligros que pre-

(1) El cachunde es un producto indio compuesto de sucino, almizcle, ámbar, sándalo, almáciga, galanga, ruiubarbo, canela y ajénjos.—(N. del T.).

sentan para el público la mayoría de los dentífricos del comercio, bien estén pulverizados, ó bien sean pastosos ó líquidos. El público, en efecto, á falta de consejos higiénicos, hace casi siempre justicia á las malas preparaciones, al mismo tiempo que propaga la buena fe de las que lo merecen. Sin embargo, desearíamos, por parte de la autoridad competente, un poco más de vigilancia para todos los productos que escapan en general de la oficina inspeccionada del farmacéutico.

¿Penetraremos y haremos entrar á nuestros lectores en el detalle de los cuidados que necesitan las afecciones dentarias? No. Porque, aparte de los especiales conocimientos que exige este estudio (y que no expondríamos sin perjuicio de dejar lo fácilmente leíble, por lo verdaderamente fastidioso), saldriamos del dominio de la higiene que previene las enfermedades, pero no las cura, y entraríamos en el dominio de la medicina, hasta el antro poco accesible de los especialistas.

Pero no abandonaremos los dientes sin hablar de las investigaciones interesantes de M. E. Kirk sobre la caries dentaria del embarazo. Según

este autor, en un trabajo publicado en *Philadelphia medical Times*, hay que buscar la causa de las caries dentarias, en la mujer embarazada, en la demanda de sales calcáreas que sufre el organismo de la madre para formar el tejido óseo del feto. La conclusión es que para prevenir la caries de la madre y fortificar á la vez el esqueleto del niño, hay que administrar en este caso preparaciones de fosfato de cal.

Los deseos tan frecuentes en las mujeres embarazadas de comer yeso, creta, pizarra y otras substancias minerales, se explican fácilmente. Responden á una necesidad natural del organismo, muy análoga á la de las gallinas ponedoras, que van á buscar el yeso y la cal, con el fin de formar á sus pequeños una cáscara resistente y sólida.

Dad, pues, fosfato de cal á las mujeres embarazadas y desterraréis el viejo refrán: «Cada embarazo cuesta un diente á la madre». *Venienti occurrere morbo.*

Las alteraciones de los dientes son susceptibles de empezar desde los primeros meses de la vida, y se ven á veces caries en niños de diez

y ocho meses á dos años. Estas caries pueden determinar accesos, fistulas, cicatrices deformes, pérdidas del borde alveolar de la mandíbula; y secundariamente trastornos profundos y permanentes en el desenvolvimiento normal de la segunda dentición; es decir, de la dentición definitiva.

Se debe procurar, hasta donde sea posible, no extraer los dientes de leche. Esta extracción estrecha los alvéolos dentarios y trae en el porvenir graves deformidades en la dentadura.

El Consejo municipal de París ha discutido recientemente la organización de un servicio de dentista en las escuelas municipales de la ciudad. Nada más útil; el 75 por 100 de los niños necesitan cuidados urgentes de la boca. El servicio dentario debía extenderse á toda la población parisiense. En clínicas especiales se cuidaría, con los recursos de la ciencia moderna, la caries dentaria, las periostitis, las anomalías del sistema dentario, etc. Se quitarían los excesos de tártaro; se enseñarían los cuidados de limpieza muy desconocidos, por desgracia, entre la

clase obrera, y las reglas que deben presidir á una buena higiene de la boca.

No hay necesidad de afirmar que nos asociamos, por completo, á las mejoras proyectadas por los que, de cerca ó de lejos, se interesan en la salud del pueblo, «ese corazón de la nación». *Más vale un diente que un diamante*, dice un proverbio castellano.

La caries dentaria es cada día más frecuente. ¿Es éste un signo de degeneración? Creemos más bien que este aumento está en razón directa de la civilización. La influencia de una nutrición rebuscada, la vulgarización de las aguas gaseosas naturales ó artificiales, son causas que invocan muchos autores competentes. Estas causas se encuentran hoy en su máximo, y eran casi desconocidas en la vida antigua. Ved las momias egipcias: poseen todos sus dientes, y la caries se ve en ellas por rareza.

¿Se puede también acriminar al azúcar, ese indispensable condimento de la civilización, como lo llama Michel Lévy? Poulet atribuye al desayuno azucarado y feculento de los individuos, la

frecuencia siempre creciente de la caries dentaria en las grandes ciudades.

Es incontestable que los golosos se fraguan evidentes caries; pero el ayuno matutino, que suele regir en las grandes poblaciones, tiene, según creemos, peor influencia sobre la dentadura que los más azucarados desayunos del mundo. Es inútil enumerar más razones, que sobre todo se condensan en la acción de la saliva ácida y de los microbios, evidentes productores de la caries.

Un dentista americano, el doctor Kulp, afirma recientemente que el uso del pan negro (es decir, el pan que contiene las substancias térreas de la periferia del grano), es de una gran utilidad para la nutrición y la conservación de los dientes. Esta acción es común á todos los alimentos ricos en fosfato de cal, como, por ejemplo, la harina de avena; los escoceses, que parece la usan, como base de su alimentación, tienen una dentadura excepcional; por esto no debe olvidarse en los niños la penuria de los fosfatos alimenticios. Un niño que se nutra con pan moreno, hecho con harina de avena, con carne cartilaginosa

de vaca, etc., fortificará su sistema óseo, en el que se encuentran los dientes, verdaderos osteoides muy parecidos á los huesos (1).

Si el trabajo prematuro de los escolares perjudica al desarrollo de sus dientes, obedece á que el esfuerzo cerebral (como ha demostrado el

(1) Según Rosenthal, una de las causas principales del desenvolvimiento de la caries dentaria reside en la alimentación blanda, que ha adoptado nuestra generación. Cuando el refinamiento culinario no había llegado al grado actual, los manjares eran más coriáceos; el pan más duro, la carne menos tierna. La consecuencia de las costumbres que hemos adoptado ha sido la atrofia gradual de los dientes, atrofia que ha ido verificándose como la de cualquier órgano, cuyas funciones se amortiguan. Su forma exterior ha quedado la misma; pero su densidad, su riqueza en sales calcáreas ha disminuido, y, por lo tanto, su resistencia ha decrecido también.

¿Por qué los hombres en estado salvaje, tienen mejores dientes que los hombres civilizados?

Porque comen alimentos sencillos, duros, y necesitan ejercitar energicamente sus dientes para triturar aquéllos. Este ejercicio tiene un doble resultado; no sólo excita la secreción interior de sales calcáreas, sino que además, por el violento movimiento de las mejillas y de la lengua, limpia los dientes y las encías y, por otra parte, la gran consistencia de los alimentos hace que se introduzcan menos entre los dientes, y quedándose allí fermenten y den origen á ácidos que determinen la caries.

La misma decadencia podemos notar en los animales; comparemos un animal que haya quedado salvaje, el lobo, por ejemplo, con el perro. Aquél ha conservado su magnífica dentadura y la del perro ha degenerado, aunque los efectos de la vida doméstica, no hayan sido tan marcados como los de la civilización.

llorado Byasson) consume y elimina una cantidad notable de fosfatos. Y sea de esto lo que quiera, es lo cierto que los jefes y profesores de los colegios é instituciones, han notado que los primeros alumnos de las clases tienen una dentadura deplorable. Martín y Galippe han hecho igual observación en los alumnos de la Escuela politécnica. Por otra parte, cuanto más jóvenes son los dientes, más asequibles serán á la caries, pues entonces son más ricos en principios orgánicos que en sales minerales.

Ya es hora de que remedemos, mediante una higiene severa, las alteraciones de los dientes, cada día más frecuentes en nuestra raza; la erosión dentaria, el diente enano, la vulnerabilidad de los dientes, su fácil desgaste, su precoz caducidad, pueden evitarse y prevenirse casi siempre con la higiene y la terapéutica. En cuanto á la cirugía dentaria, se puede decir de ella lo que Thiers decía de la República: debe ser conservadora ó no existir. La segunda dentición y la erupción de los dientes definitivos, va acompañada de accidentes que reclaman los cuidados más expertos; no se deben abandonar estos ac-

cidentales al primer sacamuelas, como no deben abandonarse tampoco á la madrastra naturaleza.

Un número considerable de caries son debidas más bien á choques que á alteraciones químicas. Los aldeanos pierden sus dientes, sirviéndose de ellos para partir nueces y avellanas ó mordiendo alimentos más ó menos compactos y duros. Y por el contrario, vemos, según la exacta observación de M. Aubé, que los físicos, cuyas secreciones se alteran prodigiosamente, mueren con la dentición más perfecta por regla general. La conclusión va, pues, en favor de la teoría física, y en contra de la teoría química sostenida como exclusiva por Magitot.

