

Morderse las uñas, un hábito peligroso para la salud bucal según la Clínica Dental Urbina

Desgaste dental y problemas de maloclusión, grandes peligros de morderse las uñas. Se estima que el 45% de los adolescentes practica la onicofagia, un hábito perjudicial para la salud bucodental. «Comerse las uñas genera problemas graves en los dedos, la boca e incluso el sistema digestivo», alertan desde este centro odontológico salamanqués

Morderse las uñas está lejos de ser un acto inofensivo. Al menos el 33% de las personas adopta este hábito durante la primera infancia, y a edad adolescente muestra una prevalencia del 45%, continuando en muchos casos hasta la adultez, según una publicación del PubMed del Centro Nacional para la Información Biotecnológica (NCBI). Pero este ‘vicio’ sin aparente importancia acarrea perjuicios a todos los niveles. "Una de las principales consecuencias que genera comerte las uñas es el desgaste de las piezas dentales", aseguran desde la Clínica Dental Urbina.

Este centro odontológico de Salamanca define la onicofagia como el hábito de comerse las uñas de las manos, una práctica «bastante común en niños mayores de 3 años y adolescentes», que puede evolucionar hasta convertirse en una costumbre arraigada. Incluso durante la primaria, el 58,4% de los niños se muerde las uñas de 1 a 2 veces al día, con una frecuencia de 97 mordidas cada vez, de acuerdo a un estudio de la BMC Research Notes.

Pero las uñas son el comienzo. "En ocasiones no se limitan sólo a estas, sino que también muerden las cutículas y la piel que se encuentra alrededor de estas, causando heridas", advierten desde la Clínica Dental Urbina, agregando que esta mala costumbre puede prevalecer hasta la adultez. De hecho, la Asociación Americana Psiquiátrica categoriza la onicofagia en su lista de trastornos obsesivo-compulsivos.

Más allá de sus causas, los onicófalos pagan un alto precio. Para los profesionales de Clínica Dental Urbina, "comerse las uñas genera problemas graves en los dedos, la boca e incluso en el sistema digestivo. También afecta la estética de las manos, ya que si el hábito se conserva por mucho tiempo las uñas dejan de crecer y los dedos se ensanchan".

Pese a carecer de datos relacionados, un porcentaje de las complicaciones dentales encuentra su origen en la onicofagia. La mordida regular de la queratina de las uñas perjudica la integridad de los incisivos superiores e inferiores. "Al morder constantemente un elemento duro como las uñas y chocar entre ellos los dientes se astillan. A su vez el esmalte se debilita progresivamente, lo que genera sensibilidad dental y los hace propensos a caries y fracturas", aclaran desde la Clínica Dental Urbina.

Pero la desalineación dental o maloclusión también está a la orden del día entre los onicófalos. Su origen radica en la llamada ‘mordida borde a borde’, que según el equipo de esta clínica salamanquesa, "consiste en que los bordes incisales de los dientes anteriores superiores hacen

contacto con los bordes de los dientes anteriores inferiores".

Con el paso del tiempo y la constancia, las personas con restauraciones de resina o composite sufrirán el deterioro de sus piezas dentales, además de aumentar el riesgo de padecer infecciones bucales, halitosis y problemas gastrointestinales.

Acerca de Clínica Dental Urbina

Clínica Dental Urbina es un centro odontológico de Salamanca especializado en implantología, ortodoncia, endodoncia y odontología estética. Más de 40 años de experiencia, 15 mil pacientes satisfechos y un equipo multidisciplinar con el Dr. Javier Ortiz de Urbina Hidalgo a la cabeza avalan a esta clínica referencial por su alta calidad, precio competitivo y trato personalizado.

Datos de contacto:

Clinica Dental Urbina
923 28 16 90

Nota de prensa publicada en: [Salamanca](#)

Categorías: [Medicina](#) [Sociedad](#) [Castilla y León](#) [Ocio para niños](#) [Odontología](#)

NotasdePrensa

<https://www.notasdeprensa.es>