



conjunto de 32 dientes que pueden cortar, rasgar y moler los alimentos con una perfección mayor que los seres de la escala por poseer variedad y precisión de movimientos de su mandíbula aunque todo ello en perjuicio de la potencia de esos movimientos.

Todas estas consideraciones nos llevan como de la mano a manifestaros que la boca humana (como el resto de su aparato) está perfectamente dispuesta para recibir toda suerte de alimentos y, por consiguiente, en estado de salud no se puede ser excusivista de régimen vegetariano o carnívoro, sino que se practicará un régimen mixto siguiendo con ello las normas que nos traza la sabia Naturaleza. Mediante el artificio culinario que tiene una capital importancia, puede también el hombre compensar la menor potencia de su mandíbula, ablandando los alimentos así como substituir la poca eficacia de algunos de sus jugos, iniciando la digestión de los alimentos fuera del organismo.

En la boca se realiza asimismo un proceso químico, encargándose de verificarlo la saliva, líquido filante que fluye constantemente en esa cavidad pero que se acentúa al introducir un alimento en la boca, oliendo o pensando en un sabroso menjar (ponerse la boca agua). Y resulta ser tan adecuada la secreción de esa saliva que incluso su composición difiere según la naturaleza del alimento ingerido, pues ante alimento rico en principios y en especial de hidratos, se produce una abundante saliva fluida cargada de un fermento especial denominado ptialina que inicia la transformación de esos hidratos. Buena cuenta de esas afirmaciones os podéis dar al comprobar el sabor dulzaino que adquiere el pan después de una minuciosa masticación. En cambio, si los alimentos son poco ricos y se degluten rápidamente, sólo los acompaña una saliva muy mucosa y filante, sin fermentos, que lo único que hará, será lubricar los alimentos para facilitar su deslizamiento.

En la boca se inicia, pues, la deglución, acto voluntario en virtud del cual comienza la progresión alimenticia por el tubo. La costumbre hace que tanto la masticación como la deglución, que son actos voluntarios, se conviertan en movimientos reflejos o automáticos. Teóricamente las fauces no deberían permitir el paso de alimentos groseros o insuficientemente insalivados presentando una dificultad análoga a la experimentada por muchos al tragar una píldora o un sello. Pero una mala habituación hace factible el paso por ese sensible desfíladero de alimentos insuficientemente preparados con notable perjuicio para la salud. No en balde decía D. Quijote al tragón Sancho «que la salud del cuerpo se fragua en la oficina del estómago», pero ese estómago tiene como antesala preparadora, la boca.

Es también en esa boca, en donde, en los faltos de aseo, se acumulan groseros restos alimenticios, que constituyen el semillero de numerosos gérmenes que predisponen a la caries dentaria y que en cada deglución salival arrojan verdaderos torrentes dañinos que mancillarán de un modo constante el de por sí antiséptico jugo del estómago (jugo gástrico), haciendo factible a poco que el terreno lo permita la aparición de la terrible dolencia de la úlcera del estómago.

En la boca reside un órgano que ayuda a la masticación, deglución y a la fonación; nos referimos a la lengua.

La lengua está recubierta por una mucosa que se descama como la piel, pues al fin y al cabo, ambas tienen el mismo origen, descamación cuyos detritus son arrastrados por los alimentos, pero que al faltar éstos (ayuno) permanecen en la superficie de la lengua constituyendo un depósito o saburra lingual (lengua sucia) que puede coincidir o no con alteraciones digestivas y de ahí la importancia exagerada que vulgarmente se concede a este hecho. Profundamente tiene la lengua pequeñas glándulas mucosas que facilitan notoriamente el deslizamiento del bolo alimenticio.

Para terminar con las importantes funciones encomendadas a la boca, diremos que en la superficie de la lengua asientan las papilas linguales, que permiten apreciar el sabor de los manjares, y que en el fondo de esa boca o istmo de las fauces, existe una corona de formaciones glandulares, cuyos más voluminosos representantes son las amígdalas (glándulas), que constituyen una avanzada defensiva más que para los microbios ingeridos por los alimentos, para los que ingresan por el aire.

