

“¿Si no tiene dientes, no puede masticar?”

### MITO O REALIDAD:

- “Si no tiene dientes, no puede masticar”

### Se piensa que...

El niño debe comer todo triturado hasta que tenga dientes.

Debes saber que...



#### **¡Esto no es cierto!**

El **recién nacido** está preparado para comer líquidos. Hasta los 5-6 meses aproximadamente, los niños tienen el llamado “reflejo de extrusión”, por el que cuando notan algo más o menos sólido en su boca, lo expulsan hacia fuera con la lengua para no atragantarse.

**A partir de los 7-9 meses**, se empiezan a desarrollar los movimientos propios de la masticación, siendo esta posible, aunque no hayan salido los dientes, ya que masticarán **con las encías**.

Por tanto, cuando el niño esté preparado, según su ritmo de desarrollo, podrá iniciar la **masticación de alimentos menos triturados**. Se deben evitar aquellos alimentos con mayor riesgo de **atragantamiento**.

**Fecha de publicación:** 26-04-2023

#### **Autor/es:**

- [M<sup>a</sup> Teresa Palencia Ercilla](#). Pediatra. Centro de Salud de Cuéllar. Segovia
- [Ana Librán Peña](#). Pediatra. Centro de Salud Circunvalación. Valladolid.
- [Grupo de Educación para la Salud](#). AEPap.

