



## 3. LA BOCA

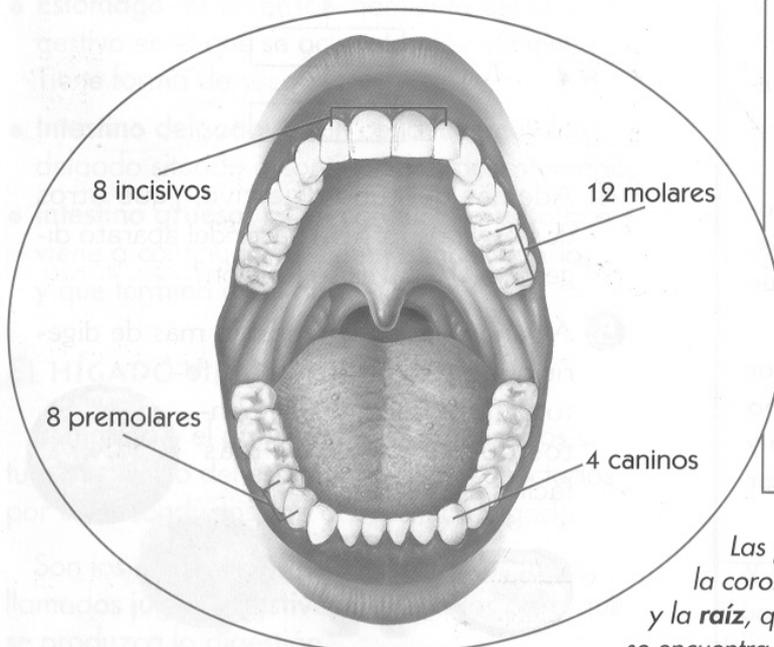
### LA BOCA

La **boca** es la entrada al tubo digestivo. En la boca podemos encontrar:

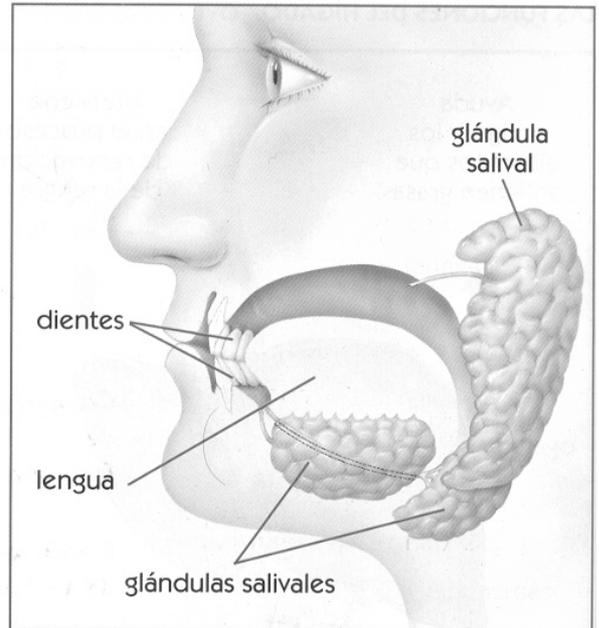
- **La lengua.** Remueve los alimentos y los mezcla con la saliva. También es la encargada de reconocer los sabores de los alimentos.
- **Las glándulas salivales.** Producen y segregan la saliva. Este jugo se mezcla con los alimentos y ambos forman una pasta denominada **bolo alimenticio**.
- **Los dientes.** Su función es partir los alimentos en trozos más pequeños y triturarlos. Así podemos tragarlos más fácilmente y facilitamos su digestión.

Hay diferentes tipos de dientes. Cada tipo de diente tiene una tarea específica:

- **Incisivos.** Tienen una forma cortante y afilada. Sirven para cortar los alimentos.
- **Caninos.** Son puntiagudos y sirven para desgarrar. También se denominan *colmillos*.
- **Premolares y molares.** Tienen una forma aplanaada y su función principal es triturar los alimentos. Son lo que llamamos *muelas*.

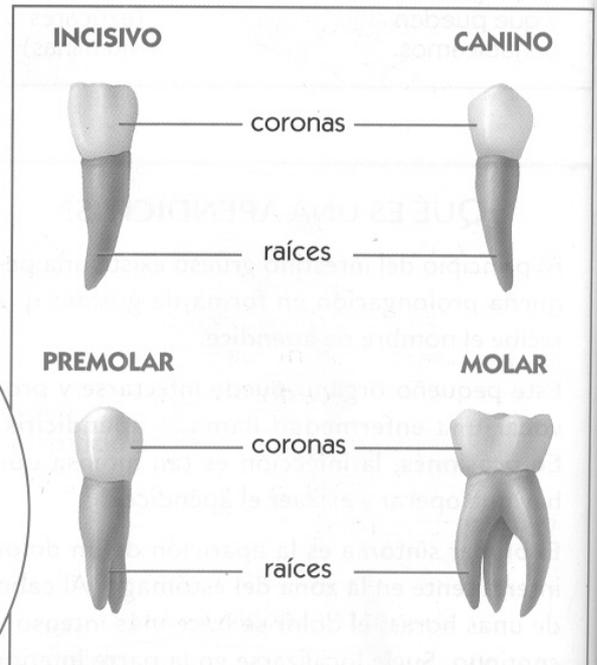


### LA BOCA



En la boca se encuentran la lengua, los dientes y las glándulas salivales.

### TIPOS DE DIENTES



Las partes más importantes de un diente son: la corona y la raíz. La **corona** es la parte visible, y la **raíz**, que puede estar formada por una o varias ramas, se encuentra dentro de la encía.

## LA HIGIENE DE LA BOCA Y DE LOS DIENTES

La boca y los dientes tienen una función muy importante en la alimentación: por eso debes cuidar de ellos.

Para conseguir que tu boca y tus dientes se mantengan en perfecto estado debes seguir estos consejos:

**No muerdas** cosas duras ya que tus dientes pueden romperse.



**Cepíllate** los dientes después de cada comida con un dentífrico que contenga flúor.

**Debes cepillarte** los dientes de arriba a bajo, tanto la cara interna como la externa.



**No abuses** de las golosinas, pues el azúcar puede dañar tus dientes. Después de comer golosinas lávate siempre los dientes.



**Visita al dentista**, como mínimo, una o dos veces al año para que revise el estado de tus dientes.

## Para saber más



Durante los primeros años de vida, en la boca de los niños y niñas hay 20 dientes, llamados **dientes de leche**.

Estos dientes se caen entre los 6 y los 12 años, y en su lugar aparecen los dientes definitivos que son 32 en total.

1. Observa tu boca en un espejo y cuenta cuántos dientes definitivos tienes.
2. ¿Todos tus compañeros y compañeras tienen el mismo número de dientes?  
¿En qué piezas se encuentran las diferencias? Comentadlo en clase.

## Para contestar



3. ¿Cuál es la función de los dientes incisivos? ¿Y la de los molares?
4. Completa las siguientes frases:
  - Los alimentos entran en el tubo digestivo por la .....
  - La ..... es la encargada de reconocer los sabores de los alimentos.
  - Los diferentes tipos de dientes son: ....., ....., ..... y .....
  - Los dientes ..... los alimentos.
  - La saliva se produce en las ..... y ayuda a formar el ..... alimenticio.