La señal de que te vas a morir pronto está en tus dientes.

Un estudio revela que a través del estado en el que se encuentra la dentadura podemos hacer pronósticos sobre si vamos a vivir más o menos años

Decía el filósofo Ludwig Feuerbach que “somos lo que comemos”; si dicha frase es cierta, los dientes, las herramientas fundamentales que utilizamos para procesar los alimentos, son entonces el espejo en el que podemos entrever mucha información sobre nosotros mismos.

Nuestra dentadura es única y, de hecho, los odontólogos forenses consiguen extraer multitud de datos con solo observarla. La información allí presente puede descubrir no solo nuestros hábitos de alimentación, también ciertos problemas psicológicos como la ansiedad.

Una dentadura bonita es, por consiguiente, un factor cuya relevancia va más allá de lo estético. Unos dientes en malas condiciones suelen ser sinónimo de una salud deteriorada y un reciente estudio publicado por la revista ‘[Peridontology 2000](https://www.researchgate.net/publication/306005247_Tooth_loss_as_a_predictor_of_shortened_longevity_exploring_the_hypothesis)‘ lo confirma.

Los dientes son el reflejo del alma

En particular, el trabajo se centra en el número de dientes que las personas perdemos a lo largo de nuestras vidas. Distintos aspectos contribuyen al daño y deterioro de las piezas: la higiene bucal, traumas psicológicos, tabaquismo, estado de salud general, la dieta e incluso el factor socioeconómico son condicionantes que están íntimamente relacionados con el buen estado de nuestra boca. De hecho, un [estudio coreano](https://www.researchgate.net/publication/311241874_Influence_of_oral_health_behavior_and_sociodemographic_factors_on_remaining_teeth_in_Korean_adults_2010-2012_Korea_national_health_and_nutrition_examination_survey) apuntaba en su día que el nivel educativo, el salario y la vida rural o urbana son condicionantes que tienen unas repercusiones directas sobre esta parte de nuestro cuerpo.

[Otro trabajo](https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/17453425) llevado a cabo por la Universidad de Padua, más centrado en las mujeres, delaraba que aquellas que habían llegado más tarde a la menopausia, que habían parido más hijos o que habían llevado una vida más solitaria, tenían más posibilidades de llegar a la tercera edad con menos piezas.

Centrándose en los individuos de edades comprendidas entre los 65 y los 74 años, el estudio publicado en ‘Peridontology 2000′ reveló que las personas que habían perdido cinco o más dientes antes de los 65 tenían más posibilidades de sufrir una [muerte prematura.](http://www.elconfidencial.com/alma-corazon-vida/2015-03-06/el-cirujano-que-afirma-que-hay-vida-tras-la-muerte-explica-el-mapa-del-todo_722742/)

Los resultados fueron también concluyentes por lo que respecta a los sujetos que tenían una dentadura en buenas condiciones. Los que disponían de todos sus dientes a la edad de 74 años tenían muchas más probabilidades de llegar a alcanzar el siglo de vida.

El objetivo de este trabajo era el de responder a dos preguntas: ¿se puede deducir que el número de piezas presentes en las dentaduras pueden afectar a la longevidad y a la esperanza de vida? Y por otro lado: ¿la pérdida de piezas dentales indica una longevidad más corta? La respuesta a ambas cuestiones se concluye con un contundente sí.

El fenómeno tiene, por último, algo de “pescadilla que se muerde la cola”. El estudio coreano que señalábamos arriba, asevera que una mala dentadura rebaja la eficacia para masticar, limitando la ingesta de alimentos saludables como la fruta y la verdura, privando al cuerpo de nutrientes esenciales que, a su vez, desembocan en una dieta más deficiente y en un estado de salud más precario.