



TENDÈNCIES | Redacció | Actualitzat el 26/04/2024 a les 10:00

Els perills del mewing, la tècnica de bellesa que s'ha posat de moda

[inici centrareport] Aquests últims mesos s'ha posat molt de moda el **mewing**, una pràctica que consisteix a **col·locar la llengua al paladar**, darrere les dents superiors, per tal de **millorar la forma de la cara i reduir la papada**.

Tot i que molta gent s'ha sumat a aquesta moda, en realitat **no hi ha cap fonament científic que demostrï que aquesta tècnica és efectiva**. De fet, forçar la posició de la llengua pot tenir conseqüències negatives, com **l'alteració en l'articulació temporomandibular** o, fins i tot, un **desplaçament de les dents**.

Per tant, si practiques mewing, deixa de fer-ho. I, si estaves pensant a practicar-lo, recorda que no és més que una moda que "promet molt, però compleix poc".

@enfermerojorgeangel ¿Qué es el Mewing? #salud #foto #boca #moda #sabiasque ? sonido original - Enfermero Jorge Ángel

[fi centrareport]