

## El Mes de la Salud Dental de los Niños

Febrero es el Mes de la Salud Dental de los Niños. Tan pronto como le salen los dientes a su niño, usted necesita enfocar su salud oral. Promueva la buena salud oral de su niño siguiendo estas indicaciones.

La caries dental debido al biberón (siglas en inglés BBTD) es una condición dental seria que ataca a los niños entre la edad de uno a cuatro años y es la causa número uno de la pérdida de los dientes en los niños.

La BBTD es causada por la exposición prolongada a los líquidos como la leche, fórmula o jugo, especialmente cuando se usan en el biberón de la siesta o de la noche a la hora de dormir. El permitir al bebé mamar el biberón o el pecho por más tiempo que el necesario para alimentarse, ya sea despierto o dormido, también puede causar la BBTD. Mientras que los niños duermen, los líquidos azucarados tienden a acumularse alrededor de los dientes y se convierten en un medio para la reproducción de la bacteria. Estas bacterias producen ácidos que atacan el esmalte de los dientes y, después de ataques repetidos, pueden causar la caries dental. La exposición a lo largo del tiempo puede causar dolor de dientes severo y eventualmente, abscesos en los dientes o pérdida de los dientes.

Hay pasos que usted puede tomar para evitar la BBTD.

- **Nunca acueste a su niño con un biberón.** Para los siete u ocho meses, la mayoría de los niños ya no necesitan alimento en la noche. Si el biberón es necesario a la hora de dormir, llénelo con agua en lugar de líquidos azucarados.
- **Ofrezca el biberón al bebé solamente a la hora de comer.** No use el biberón como “chupón”; no permita que el niño ande por la casa con el biberón o que lo tome por períodos extendidos. Estas prácticas no solamente pueden causar la BBTD, sino que los niños pueden sufrir lesiones a los dientes si se caen con el biberón en la boca.
- **Enseñe al niño a beber de una taza** tan pronto como sea posible, generalmente para la edad de un año. El beber de una taza no causa que los líquidos se acumulen alrededor de los dientes, y la taza no puede llevarse a la cama. Si usted teme que la taza pueda causar más derrames que el biberón, especialmente cuando está fuera de la casa, use una que tenga tapa con una paja de beber o con una válvula especial para evitar derrames.
- **Mantenga la boca del bebé limpia.** Esta es una parte importante para evitar la caries dental. Al aparecer el primer diente, limpie el área de las encías y dientes con una toalla suave por lo menos dos veces al día. Después de las comidas, cepille suavemente **las encías y los dientecitos del bebé con un cepillo suave para bebés.**
- **Revise la boca del bebé una vez al mes** para cualquier indicio de caries dental, como rallas blancas en los cuatro dientes superiores frontales cerca de la línea de la encía.
- **Use agua y un cepillo dental suave pequeño para la limpieza diaria** una vez que el niño tenga siete u ocho dientes.

Para cuando el bebé cumpla dos años de edad, usted deberá estarle cepillando los dientes una o dos veces al día, de preferencia después del desayuno y antes de la hora de dormir. Cuando esté seguro que el niño puede escupir (no tragar) la crema dental, debe empezar a usar una que contenga fluoruro. Use una pequeña cantidad de crema dental (1/4 de pulgada) para limitar la cantidad que el bebé pudiera tragar accidentalmente.

### **Datos acerca de la Caries Dental Debido al Biberón**

- La caries dental debido al biberón tiende a afectar los dientes superiores del bebé, más que los inferiores.
- Los incisivos y las muelas aparecen antes que los colmillos. Ya que los incisivos y las muelas tienen un período más largo de exposición a las condiciones que causan la caries, típicamente estos reciben un daño mayor que los colmillos.
- Los dientes primarios mantienen espacios en la quijada para los dientes permanentes. Los dientes permanentes son necesarios para masticar y hablar, y para la apariencia que eleva el auto estima del niño.
- La caries en los dientes primarios puede dañar y aumentar el riesgo de caries en los dientes permanentes que están apareciendo, causando dolor y problemas de salud general en algunos niños.
- Si el niño prefiere las comidas suaves, refunfuña o llora al tomar comidas frías, dulces o duras, puede ser necesario un viaje al dentista para determinar si tiene caries dental.
- La caries dental debido al biberón se muestra primero como manchas o rayas blancas en los dientes delanteros superiores. Si la BBTD es detectada en esta etapa, es posible que un simple tratamiento con fluoruro y cambios en la dieta invierten la condición.
- Si la BBTD es más avanzada, puede ser necesario un tratamiento más complejo como coronas de acero inoxidable o revestimiento, terapia en la pulpa o una extracción. Probablemente el dentista necesitará dar un sedativo al niño o usar anestesia general para completar el tratamiento.

### **Primera Visita del Niño al Dentista**

A menos que se sospeche un problema, el niño debe ir al dentista seis meses después de que aparezca el primer diente, pero no más tarde que a los 12 meses de edad.

Las visitas al dentista ponen nerviosos a muchos adultos por lo que es importante hacer sentir cómodo al niño. Las metas más importantes de esta primera visita son introducir al niño al ambiente de la oficina y desarrollar confianza en el dentista y el personal. El dentista ve esta visita como un tiempo para familiarizarse con el niño. Si el niño se muestra asustado, incómodo o falta de cooperación, el personal del dentista podrían concertar varias visitas cortas.

Presente la visita al dentista como algo agradable para el niño. Los dentistas recomiendan las siguientes sugerencias:

**Evite las frases como “¡Sé Valiente!” o “No temas.”**



- No trate de explicar la primera visita usted mismo.
- Evite las frases como “¡Sé valiente!” o “No temas.”
- No ofrezca recompensas especiales al niño para hacer que vaya a la oficina del dentista. En vez de eso, sea positivo y asegúrele que la visita será divertida.

La cita durará entre 15 y 30 minutos y puede incluir rayos-x, un examen moderado completo de los dientes, encías, quijadas, mordida y tejidos orales. El propósito de este examen es tanto para observar cualquier problema, como para establecer una base para que el dentista pueda monitorear el crecimiento y desarrollo del niño. Dependiendo en la edad del niño y su nivel de cooperación, el dentista podría también limpiar y pulir los dientes y aplicar un fluoruro tópico.

Los padres deberán llevar los archivos médicos del niño a la primera visita. El personal discutirá y contestará cualquier pregunta que usted tenga durante ese tiempo. El objetivo del dentista es mostrarse tierno y paciente de manera que el niño desarrolle una actitud positiva hacia la oficina dental y hacia su propia salud oral.

Una visita dental temprana puede ser muy positiva para la prevención y para minimizar problemas dentales de acuerdo como crece el niño.