

RECOMENDACIONES EN ODONTOPEDIATRÍA

Caries del biberón

Aunque su bebé no tenga dientes es muy importante desarrollar una rutina de higiene bucal limpiando sus encías con una gasa limpia envolviendo su dedo.

Cuando su bebé ya presenta dientes hay que tener una serie de cuidados para evitar que estos se vean afectados por la caries:

- *Cepille sus dientes suavemente con agua y un dedal dental o un cepillo suave infantil.*
- *A partir de los 6-8 meses, se recomienda el uso de pasta dental pero del tamaño de un grano de arroz y de al menos 1.000 ppm.*
- *Eche únicamente leche en los biberones y no moje el chupete en azúcar o miel.*
- *Evite bebidas azucaradas como zumos.*
- *A partir de los 3 años, se recomienda el cepillado dental dos veces al día (por la mañana y antes de acostarse) aumentando la cantidad de pasta al tamaño de un guisante. Debe de ayudarles a cepillarse los dientes y no han de enjuagarse la boca para que siga actuando el flúor pero sí escupir la pasta.*
- *El cepillo debe de enjuagarse muy bien después de usarlo para estar siempre limpio y debe cambiarse cuando note que las cerdas empiezan a deformarse.*

Chuparse el dedo y el uso del chupete

La succión es un reflejo natural en los bebés, que les ayuda a relajarse y sentirse seguros. Esto hábitos deben suprimirse a los 2 años para evitar que los dientes se desvíen de su sitio, se produzcan alteraciones óseas en el paladar y/o mandíbula y se altere la mordida. En caso de que no se pueda conseguir, debe consultar a su dentista para que le ayude.

Erupción de los dientes

Cuando erupcionan los dientes de leche, el niño puede presentar las encías enrojecidas e inflamadas, salivación, alteración del sueño e incluso febrícula. Existen mordedores que pueden meterse en el congelador para aliviar esta sintomatología.

Es muy importante que su dentista siga el proceso de erupción de los dientes de su hijo porque en ocasiones, se pueden dar anomalías de erupción (retraso, erupción de un diente definitivo sin haberse caído el diente de leche...)

El molar de los 6 años erupciona detrás de las dos muelas de leche sin tenerse que caer ningún diente de leche. Es uno de los dientes definitivos más importantes para tener una correcta oclusión.

Dientes de leche o temporales

Suelen aparecer a los 6 meses de edad, pero depende de cada niño. A los dos años y medio, suelen haber erupcionados todos los dientes de leche, en total 20 (10 superiores y 10 inferiores). Estos dientes aunque son temporales son muy importantes y por eso, hay que mantenerlos porque permiten masticar la comida, pronunciar adecuadamente las palabras, sonreír y mantener el espacio para los dientes definitivos o permanentes sirviéndoles de guía de erupción.

Mantenedores de espacio

Si su hijo pierde un diente de forma prematura, este ya no servirá de guía para el diente definitivo por lo que para evitar la pérdida de espacio del diente que se ha perdido es necesario en ocasiones el colocar un mantenedor de espacio hasta que erupcione el diente definitivo.

Dieta

La dieta influye en la salud y crecimiento de tu hijo. Por eso, debe fomentar desde que son pequeños una dieta saludable y equilibrada reduciendo el consumo de azúcares, evitando el picoteo entre horas, los zumos o refrescos y fomentando el consumo de frutas, verduras y pescado.

Caries

La caries es una destrucción de los tejidos duros del diente debido a las bacterias que transforman los azúcares en ácidos. Si no se elimina de forma temprana, esa destrucción cada vez es más profunda y alcanza al nervio del diente (pulpa) provocando dolor y con el paso del tiempo, infección e incluso la pérdida del diente.

Selladores dentales

Son una resina que coloca el dentista en las fisuras oclusales (cara de los dientes que muerde) de los dientes y que actúan como barrera de la caries protegiendo a los dientes, principalmente a los molares de los 6 años; aunque también pueden sellarse los dientes temporales en aquellos niños con alto riesgo de caries. Pero para ello, son necesarias las revisiones de los selladores porque tienen que estar intactos para proteger y porque su duración es variable.

Traumatismo o golpe dentario

Ante un golpe en la boca o en los dientes de tu hijo es importante llevarle inmediatamente al dentista porque de ello depende de que pierda o salve el diente.

En el caso de que el diente salga de la boca y sea definitivo es fundamental encontrarlo y mantenerlo húmedo en todo momento. Si puedes, hay que reposicionarlo en el alveolo (agujero donde debería estar el diente en boca) sin tocar la raíz del diente. Si no lo consigues, introducirlo en leche o agua. Si el niño es mayor, que lo mantenga en el interior de la boca sin tragarlo. Puedes encontrar el protocolo completo de actuación en www.odontologiapozuelo.es en -pacientes- .

Protectores bucales

Si tu hijo practica un deporte (baloncesto, fútbol, hockey, boxeo...) es muy recomendable el uso de protectores bucales a medida para proteger los dientes de una fractura por un golpe.

Rechinamiento de dientes

Contrario a lo que tradicionalmente se consideraba, el rechinamiento de dientes en niños no está relacionado con la presencia de lombrices a nivel intestinal. El bruxismo infantil es un aspecto en el que se está investigando mucho en la actualidad. Al estar en crecimiento todas las estructuras, la mayoría de las veces se vigilará la evolución de la parafunción, pudiéndose aconsejar algunas actuaciones de relajación para realizar con nuestro hijo. El Bruxismo infantil no está demostrado que siempre se perpetúe en la posterior edad adulta.

Maloclusión dental

Es muy importante la detección precoz de una maloclusión dental (dientes amontonados, torcidos, que no encajan) para poder hacer un tratamiento interceptivo en la etapa de crecimiento de tu hijo.

¿Cuándo llevo a mi hijo al dentista por primera vez?

Idealmente, debe realizarse a los 1-2 años para que se familiarice con el dentista sin esperar a que haya enfermedad para evitar una experiencia negativa. Es fundamental no utilizar mensajes negativos sino explicar que el dentista le va a ver sus dientes con un espejo "mágico".

Para cualquier duda o aclaración, puede contactar con nosotros en:

Tlfnos: 91 435 71 69/ 649 805 943 ó Whatsapp: 649 805 943 ó Email: recepcion@odontologiapozuelo.es

Como siempre, gracias por la confianza depositada en nuestro equipo.

Dra. Natalia Navarrete Marabini
Doctora en Odontología. Col nº: 28005708