

Objetivo del cuidado dental para bebés y niños pequeños

pequeños

- Evitar el dolor de las caries en la primera infancia.
- Lograr una introducción agradable y no amenazante al cuidado dental.
- Establecer una rutina de buenos hábitos de cepillado y uso del hilo dental.

Caries del biberón

Caries en los dientes de leche causadas por la exposición continua y prolongada a la leche, fórmula infantil, jugos de frutas, refrescos u otros líquidos azucarados en el biberón o vaso para bebés.

- Los niños con caries del biberón suelen tomar estas bebidas justo antes de acostarse o de la siesta, lo que permite que las bacterias crezcan y se multipliquen alrededor de los dientes.
- La caries del biberón es de color blanco y se vuelve marrón a medida que avanza el proceso activo de caries.

Evite lo siguiente:

- Evite besar al bebé en los labios. La transmisión de bacterias bucales perjudiciales, que causan caries, puede pasar de padres a hijos.
- Evite colocar el chupete en su boca para limpiarlo y luego devolvérselo al bebé. Esto también puede transmitir bacterias a la boca del bebé.
- Evite darle al bebé leche, jugo u otra bebida después de cepillarle los dientes o al acostarlo para una siesta o para dormir; esto puede provocar caries del biberón.
- Evita los alimentos pegajosos o azucarados. Estos alimentos pegajosos o los dulces pueden provocar caries. Las caries iniciales se ven como manchas blancas en el diente y se convierten en manchas marrones a medida que la caries se forma.



5 maneras de prevenir la caries dental en los niños	
No comparta utensilios con su hijo ni “limpie” un chupete poniéndolo en su boca. Puede transmitirle gérmenes que causan caries a su hijo.	Coma sano y beba agua fluorada.
Primera visita al dentista a más tardar cuando tenga 1 año de edad.	Use pasta dental con flúor tan pronto como los dientes salgan de las encías. Cuando los niños puedan cepillarse los dientes solos, deles el cepillo 2 minutos 2 veces al día.
Pídale a su dentista selladores para las superficies de masticación de los dientes.	

Referencias

¹Harris, N., Garcia-Godoy, F. y Nathe, C. (2009). Primary Preventive Dentistry. (7ª edición). Nueva Jersey: Pearson Education.

² American Dental Association. (2019). 10 things to know about your tot's teeth. Extraído de: <https://www.mouthhealth.org/en/babies-and-kids/kids-quick-tips>

³ American Dental Association. (2019). Babies and kids. Extraído de: <https://www.mouthhealth.org/en/babies-and-kids/healthy-habits>

⁴ Administración de Alimentos y Medicamentos (FDA) (2018). La FDA toma medidas contra el uso de productos de venta libre a base de benzocaina para la dentición debido a graves riesgos para la salud y a la falta de beneficios. Proveniente de: <https://www.fda.gov/news-events/press-announcements/fda-takes-action-against-use-otc-benzocaine-teething-products-due-serious-safety-risk-lack-benefit>

Cuidado dental para bebés y niños

El cuidado de los dientes de su bebé es importante para su salud y desarrollo general, y un buen cuidado dental comienza antes de que salga su primer diente. Tomar medidas saludables para implementar una rutina de cuidado dental con su hijo puede ayudar a proteger su salud dental en el futuro.



Cuidado dental temprano para bebés

- Depende de los padres asumir la responsabilidad de la higiene bucal diaria del bebé. Los expertos recomiendan una visita al dentista dentro del primer año de vida.
- La Administración de Alimentos y Medicamentos advierte que **NO** se deben usar productos de marca o genéricos con benzocaína, como: Baby Orajel, Orajel y Orabase Paste para en menores de 2 años.
- Después de alimentar al bebé, limpie las encías con un paño suave, donde más tarde aparecerán los dientes, para remover los restos de comida. Esto establece una rutina de limpieza de las encías.



Cepillo dedal para bebés



- Cuando los dientes comienzan a salir, es necesario eliminar la placa a diario y se puede usar un cepillo dedal para bebés.
- Como medida de precaución, no se debe utilizar pasta dental con flúor en niños menores de 3 años.
- Si le da el biberón a un niño antes de dormir, asegúrese de que sea solo agua. La leche y otras bebidas azucaradas pueden causar caries si se dejan en los dientes.

¿Cuándo salen los dientes de leche?

Cuando los dientes de leche están saliendo de las encías, los bebés pueden tener las encías doloridas o hinchadas. Frotarles las encías con un paño pequeño, limpio y fresco puede ser reconfortante.

La Academia Estadounidense de Odontología Pediátrica recomienda que los niños visiten al dentista antes de cumplir 1 año o 6 meses después de que salga su primer diente.

¿Qué dientes están presentes y cuándo?

Técnica de cepillado para niños

- Cuando le salgan las primeras muelas al niño, comience a usar un cepillo suave que sea adecuado para su edad.
- Cepille los dientes al menos 2 veces al día durante 2 minutos.
- Los niños tendrán un total de 20 dientes de leche.
Los dientes de leche son importantes para masticar, hablar y para el espacio adecuado de los dientes permanentes.
- Al cepillar, incline el cepillo de dientes en un ángulo de 45 grados hacia las encías y cepille suavemente en pequeños círculos o mueva delicadamente el cepillo hacia el tejido de las encías.
- Cepille todas las superficies de los dientes. El acto de cepillarse es importante para eliminar la acumulación de placa en los dientes.
- Cuando los dientes comiencen a tocarse, empiece a usar hilo dental diariamente.

Cantidad del tamaño de un guisante para niños de 3 a 6 años



Colocar a su hijo en su regazo puede ser beneficioso, divertido y educativo.

- Cuénteles lo que está haciendo y muéstreles lo que encontró.
- Esto lo preparará para el sillón del dentista.
- Dejar que su hijo sostenga un temporizador mientras usted cepilla le permitirá sentirse más involucrado en la actividad.
- Déjele sostener el mango con usted mientras cepilla. De esta manera, el niño puede familiarizarse con el movimiento.
- Hágalos practicar el cepillado en su peluche favorito para que sea divertido.



Técnica de uso del hilo dental para niños

- Cuando los dientes se tocan, puede ser difícil remover los restos de comida entre ellos; por eso usar hilo dental puede ser tan importante como cepillarse.
- Comience a usar hilo dental cuando note que los dientes se tocan. Todos los dientes de leche deben estar presentes entre los 2 y 3 años. La siguiente tabla muestra cuándo aparecen y se caen los dientes.

Con un movimiento de vaivén, deslice suavemente el hilo dental entre los dientes. Una vez que haya pasado el punto de contacto (donde los dientes se tocan), forme una C abrazando el diente y deslizando el hilo hacia arriba y hacia abajo hasta que la superficie esté limpia.



- La flecha verde a continuación muestra el espacio reducido entre los dientes jóvenes. Esta sería una área para usar hilo dental diariamente, ya que el cepillado solo no eliminaría los restos de comida atrapados entre los dientes.
- ¡Los palillos de hilo dental también pueden ser excelentes para los niños!



Dientes superiores	Erupción	Se caen
Incisivo central	8- 12 meses	6- 7 años
Incisivo lateral	9- 13 meses	7- 8 años
Canino (colmillo)	16- 22 meses	10- 12 años
Primer molar	13- 19 meses	9- 11 años
Segundo molar	25- 33 meses	10- 12 años
Dientes inferiores	Erupción	Se caen
Segundo molar	23- 13 meses	10- 12 años
Primer molar	14- 18 meses	9- 11 años
Canino (colmillo)	17- 23 meses	9- 12 años
Incisivo lateral	10- 16 meses	7- 8 años
Incisivo central	6-10 meses	6-7 años