

Recuerde...

- Los dientes sanos le permiten comer, hablar y sonreír al niño que comienza a andar.
- Los dientes de leche ocupan el espacio de los dientes permanentes, por lo tanto es necesario cuidarlos.
- Los dientes de leche aparecerán en cualquier momento entre el nacimiento y los 27 meses de edad.
- Para prevenir caries, comience a cepillar los dientes tan pronto como aparezca el primero.
- Los problemas de dentición pueden incluir dolor e irritabilidad.
- La buena higiene bucal materna impedirá que las bacterias que provocan la caries pasen al bebé.
- Si el bebé se va a dormir con un biberón, asegúrese de que sólo contenga agua.

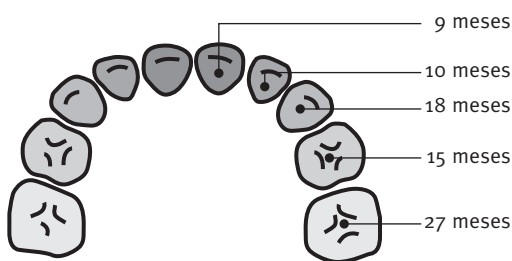
Los dientes de leche

Los dientes sanos le permiten al niño:

- comer una dieta nutritiva
- hablar correctamente
- tener una sonrisa sana.

Los dientes de leche ayudan además a mantener el lugar que luego ocuparán los dientes permanentes. La caída temprana de un diente puede reducir el espacio del diente permanente y ocasionar como resultado dientes superpuestos.

El momento en que aparecen los dientes de leche puede variar enormemente. Este diagrama es una guía general para saber cuándo deberían salir los dientes de leche:



Cómo cepillar los dientes del bebé

El lavado de dientes con un cepillo suave y pequeño deberá comenzar tan pronto como aparezca el primer diente.

Desde los seis meses de edad empiece a usar una pizca de pasta dental baja en flúor si vive en una zona donde el agua no está fluorizada. En zonas donde existe la fluorización*, desde los 18 meses de edad.

La pasta dental baja en flúor, creada especialmente para niños menores de seis años, puede comprarse en la mayoría de los supermercados.

Los niños sólo requieren una pequeña cantidad de pasta dental con flúor y no se les deberá permitir que usen el tubo sin supervisión.

Los padres deberán ayudar con el cepillado hasta que los niños tengan 7 u 8 años de edad.

Fluoruro

El flúor ayuda a proteger los dientes.

Puede obtenerse a través de la pasta dental, del agua fluorada o de suplementos de fluoruro.

Los suplementos de flúor no ofrecen el mismo beneficio que el agua fluorada. Si su abastecimiento de agua no contiene flúor, solicite la opinión de un odontólogo sobre las posibles opciones.

*Townsville/Thuringowa, Moranbah, Mareeba, Bamaga, Dalby

Problemas de dentición

Algunos bebés y niños que están empezando a caminar pueden experimentar problemas tales como:

- encías rojas, hinchadas
- irritabilidad y agitación
- mejillas enrojecidas o fiebre
- salivación
- succión del dedo o puño.

Los problemas de dentición leves pueden calmarse dejando que el bebé mastique objetos como una cáscara de pan, galletas secas o mordillos.

Frotarle las encías con los dedos o aplicar una pequeña cantidad de gel para dentición puede ayudar a calmar el malestar.

¿Sabía usted... que su higiene bucal podría afectar la salud bucal de su bebé?

Los bebés recién nacidos no tienen en la boca la bacteria (gérmenes) que provoca la caries (agujeros). Cualquier persona, incluyendo la madre, puede pasar esta bacteria al bebé al compartir cucharas o limpiar un chupete o la tetina del biberón con su boca.

Es importante que los padres tengan una buena higiene bucal, que se laven los dientes dos veces al día con un cepillo pequeño y suave y pasta dental con flúor, para reducir o eliminar la posibilidad de pasar la bacteria al bebé.

¿Qué es la caries infantil?

La caries infantil puede ocurrir inmediatamente después que aparecen los primeros dientes. Ocurre con mayor frecuencia cuando se les da biberones con bebidas endulzadas como jugos, jarabes de frutas o refrescos.

¿Cómo prevenir la caries infantil?

- No ponga al bebé en la cama con un biberón que contenga otra cosa que no sea agua.
- Las mejores bebidas para el niño son la leche materna, la de fórmula o el agua.
- Cepille los dientes del bebé en cuanto le salgan dientes; use un cepillo húmedo, pequeño y suave. Desde los seis meses de edad empiece a usar una pizca de pasta dental baja en flúor si vive en una zona donde el agua no está fluorizada. En zonas donde existe la fluorización, desde los 18 meses de edad.
- Asegúrese de que toda la familia mantenga buena higiene bucal para evitar la transmisión de bacteria al bebé. Esta higiene se logra cepillando los dientes dos veces al día con pasta dental con flúor.
- Trate de ofrecerle beber en taza desde los 6-12 meses de edad.
- Qúítele el biberón a los 12 meses de edad.
- Si usa chupete, no le agregue sabores.
- Nunca limpie una tetina o chupete con su boca.

Agradecimientos

Esta ficha descriptiva es el resultado de la colaboración y el esfuerzo de muchos profesionales de la salud de Queensland. Apreciamos enormemente la ayuda brindada para los contenidos.

