

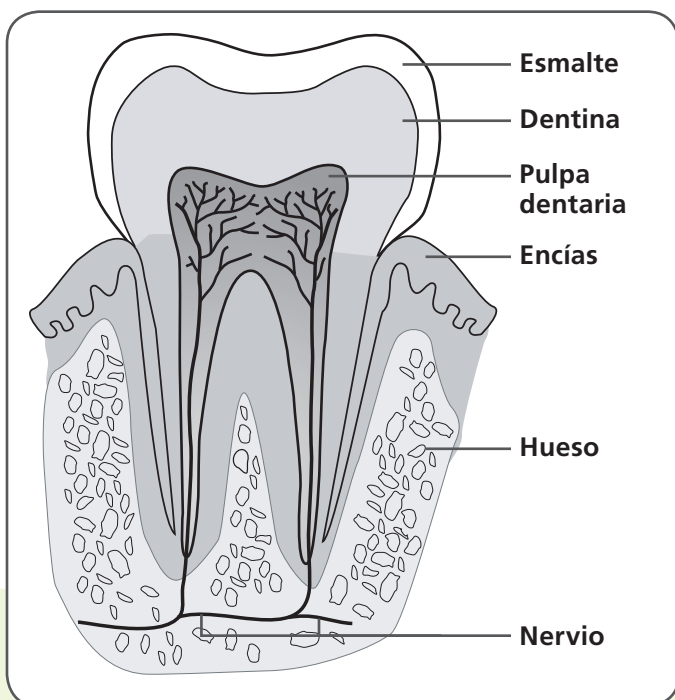
Hablemos Acerca De...

El cuidado dental

Los dientes sanos son un elemento importante para una vida con buena salud. Si los dientes se encuentran en buen estado permiten que el aparato digestivo funcione bien y ofrecen una hermosa sonrisa. Los nuevos padres deben comenzar a cuidar los dientes de su niño tan pronto como nace el bebé.

¿Qué son las caries dentales?

Toda persona tiene bacterias en la boca. Cada vez que comemos, algunas bacterias causan que los azúcares que contienen los alimentos se transformen en un ácido. El ácido y las bacterias trabajan en conjunto para formar una sustancia pegajosa llamada sarro o placa dental, la cual se pega a los dientes. La placa ataca los dientes destruyendo el esmalte que es la capa dura externa de los mismos. Esto se llama caries. Si no se trata, la caries avanza hacia las capas internas del diente. Puede causarle dolor si llega al nervio que se encuentra en el centro del diente. Si no se trata, la caries puede causarle problemas en los dientes permanentes.



¿Cómo debo cuidar los dientes de mi recién nacido?

Su niño tiene 20 dientes al nacer, muchos de ellos están justo debajo de la superficie de la encía. Usted puede comenzar a cuidar sus dientes incluso antes de que emerjan a través de la encía. Frote un paño húmedo sobre las encías de su niño para evitar la acumulación de bacterias dañinas. En cuanto aparezcan los dientes, frótelos con un cepillo suave o un paño o gasa limpio. Usted debe comenzar a usar hilo dental en su bebé cuando este tenga al menos dos dientes que se toquen entre ellos.

¿Qué es la caries dental del biberón?

Muchos líquidos suministrados a los bebés contienen azúcar, incluso la leche, la fórmula, el jugo de frutas, los refrescos y otras bebidas endulzadas. Estos pueden acumularse alrededor de los dientes y las encías. Si los azúcares permanecen en la boca de su bebé por mucho tiempo, la caries dental puede comenzar a desarrollarse. Es fácil evitar que esto suceda. Limpie o cepille los dientes y las encías de su niño después de cada comida. No permita que su niño camine con un vaso o una botella de líquido dulce. Nunca permita que su niño se duerma con un biberón. Si su niño se niega a dormir sin un biberón, llénelo con agua solamente.

Si su niño se duerme con un biberón de líquido dulce ahora, comience a desacostumbrarlo al líquido. Comience a mezclarlo con un poco de agua cada noche. Siga agregando más y más agua cada vez para que después de un rato su niño esté durmiendo con un biberón con agua.

¿Cuándo debe mi niño ver a un dentista?

La Asociación Dental Americana recomienda que los niños acudan a un dentista antes de su primer

cumpleaños. En la primera visita, el dentista le hará a su niño un examen modificado y le explicará cómo cepillarse los dientes y usar el hilo dental correctamente. Las visitas a esta edad temprana ayudarán a su niño a acostumbrarse a ir al dentista. Eso le ayudará a sentirse más cómodo con la idea de ir al dentista cuando sea mayor.

Si lo desea, podría llevar a su niño a un dentista pediátrico, o a uno que se especialice en tratar niños. Su objetivo principal es evitar que haya problemas con los exámenes regulares y hacer hincapié en el cuidado diario adecuado.

¿Cómo puedo evitar que mi niño tenga caries?

- Cepille los dientes de su niño con pasta dental con fluoruro después de cada comida. Si eso no es posible, asegúrese de cepillarle los dientes al menos dos veces al día, especialmente antes de acostarse. Cepille los dientes de arriba a abajo con un movimiento circular. Los niños pueden empezar a usar pasta de dientes desde los dos o tres años, siempre y cuando estén supervisados. Una cantidad de pasta del tamaño de un guisante (chícharo) es todo lo que necesita un niño pequeño. Asegúrese de que escupa la pasta de dientes en lugar de tragarla.



- Use el hilo dental entre cada uno de los dientes de su niño por lo menos una vez a día. Los niños pueden aprender a usar el hilo dental cuando tienen 7 u 8 años de edad.
- Se puede aplicar sellantes hechos de resina para mantener las bacterias fuera de los dientes permanentes. Esto es especialmente útil en las muelas (los dientes posteriores), debido a que son

difíciles de alcanzar y a veces no se cepillan bien, lo cual permite que se formen caries.

- Limite la cantidad de dulces y refrescos que su niño ingiera. Asegúrese de que su niño se haga chequeos regulares con su dentista.

¿Por qué necesita mi niño coronas o fundas dentales?

El dentista podría decidir colocar una corona de acero inoxidable en los dientes de su niño si el diente está roto. Otra razón para colocar una corona o fundas es si hay deterioro excesivo o malformación en los dientes de leche de su niño. Una pequeña cantidad de caries destruye un diente de leche muy rápidamente. La corona protege el diente evitando que se propague la caries.

Si su niño tiene muchos problemas en la boca, o tiene que hacerse un procedimiento dental complicado, es posible que el dentista recomiende anestesia general. Con este medicamento, su niño dormirá durante el procedimiento. Una buena higiene dental (el cepillado y el uso del hilo dental) puede evitar la necesidad de que se realice un trabajo dental extenso.

¿Tiene mi niño con necesidades especiales necesidades dentales especiales?

Algunos niños especiales tienden a tener más caries dentales y enfermedad de las encías. Ellos pueden requerir medicamentos o una dieta especial que conduce a caries dentales. Si el cuidado dental se inicia en una etapa temprana y se le da seguimiento con regularidad, muchos de los problemas dentales se pueden reducir o evitar.

Algunos niños necesitan más apoyo para sentirse cómodos. Un dentista pediátrico puede ayudarle a elegir una técnica según las necesidades de salud específicas de su niño. Los dentistas pediátricos tienen dos años más de formación avanzada que se concentra en niños con necesidades especiales.

¿Qué debo saber acerca de las lesiones en la boca?

Las lesiones bucales pueden incluir dientes que se han caído, jalado fuera de lugar, o dientes rotos. Los

labios, las encías y las mejillas pueden haber sido cortados. Las lesiones en la boca llegan a ser dolorosas y deben ser tratadas por un dentista lo más pronto posible.

Si se ha caído un diente, enjuáguelo suavemente y póngalo en una taza de leche o envuélvalo en un paño o gasa limpia. Esto mantendrá el diente húmedo y seguro. Vaya con el dentista de inmediato. A menudo, el diente puede ser reimplantado exitosamente si se coloca dentro de un plazo de una hora de la lesión.

Si el diente está roto, el dentista puede suavizarlo con un taladro especial. A veces, el diente puede ser restaurado con un relleno. Su niño podría necesitar una corona para reparar el diente.

Para evitar las lesiones dentales, no deje que su niño use retenedores, puentes dentales ni dentaduras parciales al practicar deportes. Haga que su niño use un protector bucal ajustado apropiadamente.

¿Cómo debo cuidar a mi niño después de la cirugía dental?

Su niño no debe comer nada pegajoso, duro ni masticable por un día. En vez de ello, ofrézcale alimentos blandos como yogur y puré de manzana. Haga que su niño tome el medicamento para el dolor según lo prescrito por su dentista. Una pequeña cantidad de sangrado es normal.

Cuando a un niño le sacan un diente, se forma un coágulo de sangre en el sitio donde estaba el diente para detener el sangrado. Evite que su niño beba con popote o se enjuague fuertemente la boca. Eso podría desprender el coágulo y ocasionarle sangrado nuevamente. En los primeros días, su niño debe cepillarse cuidadosamente alrededor del hueco del diente y enjuagarse suavemente. Aplique un paño frío o una bolsa con hielo en la mejilla para disminuir el dolor y la hinchazón.