



Guía para padres: La salud bucal de los niños*

Dr. Juan Cortés**

Indicaciones para los padres

El camino que lleva a una dentadura resplandeciente comienza antes que el primer diente aparezca. En el desarrollo de dientes sanos, los papás juegan un papel muy importante como también son relevantes los controles precoces que realicen el pediatra y la enfermera. La atención del odontopediatra, quien aplicará flúor sobre los dientes y la mantención de una dieta adecuada, libre ojalá de dulces y golosinas serán parte importante en el recorrido de este camino. Los papás pueden ayudar a sus niños a crecer con sus bocas sanas y con una sonrisa de hermosos dientes siguiendo estos pasos y enseñándoselos a sus hijos:

¿Cuándo comienzan a formarse los dientes?

Antes que el niño nazca ya están los dientes formándose dentro de los huesos de la boca. Desde el embarazo, la mamá puede ir participando en el cuidado del hijo, ingiriendo una dieta equilibrada y siguiendo los consejos de su médico. El primer diente aparece generalmente alrededor del 5° o 6° mes de vida, aunque esta fecha puede resultar variable. Algunos niños nacen con su primer diente ya erupcionado. Éste puede ser realmente el diente normal o ser uno extra. El pediatra solicita entonces la opinión del odontopediatra para determinar si es normal o no para actuar en consecuencia. Otros niños en cambio, no tienen su primer diente sino que hasta que cumplen su primer año de vida.

¿Qué pueden esperar los papás que suceda al comenzar la erupción dentaria de sus hijos? Al comenzar el fenómeno de la erupción, los papás pueden notar abultamientos de las encías. Estos corresponden a los dientes que están apareciendo. Se puede ayudar al niño proporcionándole algún aparato de goma —no muy pequeño para prevenir que lo trague— para que lo mastiquen y dejar que se chupe los dedos o las manos libremente. No conviene darle "pacificadores" en líquidos azucarados,

ya que éstos quedan depositados sobre los dientes y proporcionan un sustrato a las bacterias que favorece la aparición de caries. La mayoría de los niños aumenta su salivación alrededor del tercer mes. A esta edad es difícil para ellos tragarla y esto causa que mojen sus ropas. Luego, algunos meses después, comienzan a llevarse cosas a la boca y masticarlas. Por otra parte, la salivación excesiva y el apriete de objetos con las encías es parte del desarrollo normal del niño y no necesariamente significa que la dentición se está produciendo.

¿Por qué son importantes los dientes de leche? Los dientes de leche o dentición temporal ayudan a los niños a masticar sus alimentos, a hablar correctamente y a que sus huesos maxilares crezcan y se desarrollen, creando el espacio necesario para que a partir de los 5 a 6 años aproximadamente, se ubiquen los dientes definitivos. Es muy importante enseñar a los niños los hábitos de higiene bucal desde muy pequeños. Los niños que comienzan precozmente a cepillar sus dientes son luego adultos cuidadosos de su salud bucal.

¿Qué son los fluoruros y por qué son importantes? El flúor es un elemento presente en la naturaleza que fortalece el esmalte dentario, que es la capa dura que envuelve la corona de los dientes. Debido a esta cualidad puede ser agregado al agua potable o ser administrado de otra manera a los niños. La formación del esmalte comienza antes que el diente erupcione y tan pronto como el diente comienza a aparecer, el flúor ayuda a prevenir las caries. Los fluoruros ayudan también a reparar caries pequeñas o descalcificaciones del esmalte. El flúor contenido en el agua potable varía en concentración, por lo que es conveniente averiguar con el pediatra o en las Empresas de Obras Sanitarias, la concentración de éste, para poder dosificar correctamente la cantidad extra a suministrar (la concentración ideal es de 0,7 a 1 ppm). Actualmente la administración de flúor oral ha sido reemplazada por la aplicación tópica de flúor.

¿Cuándo deben los papás comenzar a limpiar los dientes a sus hijos? Los papás deben comenzar con limpieza dentaria a sus niños en tanto aparez-

* Academia Norteamericana de Pediatría 1991; 7JCA

** Cirujano Dentista. Docente de la Facultad de Odontología. Universidad de Chile.



can sus primeros dientes. Pueden hacerlo al principio con un trocito de gasa u otro similar y pueden cambiar a cepillo con una pasta fluorada a medida que el niño vaya creciendo. El flúor que aportan los dentríficos es incorporado directamente por la estructura cristalina que conforma el esmalte, endureciéndolo, lo cual ayuda a prevenir las caries. Debido a sus sabor agradable, los niños a menudo ingieren la pasta dental. Naturalmente los papás deben enseñar a sus hijos a no tragar el dentrífico, ya que de hacerlo, puede causar fluorosis, que se expresa en los dientes como manchas. Dependiendo de la cantidad de flúor ingerido es el tipo de mancha que aparece en la corona del diente. Los papás también deben ayudar a sus hijos limpiando los espacios interdentarios ya sea con un cepillo especial o con seda dental. Este momento también puede ser aprovechado para observar la eventual presencia de signos precoces de caries, que se presentan como manchas amarillas, blanquecinas o pardas.

¿Qué sucede con los dientes si el niño se chupa los dedos? Chuparse los dedos es una conducta normal en guaguas y niños mayores y normalmente no causa problemas si esta conducta no se mantiene más allá de los cinco años. En todo caso ella es preferible al uso del chupete. Si este hábito persiste después de esta edad, el niño debe ser visto por el odontopediatra, quien determinará si se ha producido o se está produciendo alguna disfunción o deformidad que deba ser corregida. Para tener dientes sanos debemos proporcionar a los niños una dieta variada y equilibrada.

¿A qué edad debemos llevar los niños al dentista? Antes de los tres años de edad, la mayoría de los problemas bucales los puede manejar el pediatra general, sin embargo si surge un problema dental esto puede variar, derivando entonces al niño al dentista que se ocupa de la atención infantil, llamado odontopediatra. El odontopediatra se especializa en el cuidado de la salud bucal de los niños y adolescentes.

Las ocasiones en que el pediatra puede necesi-

tar enviar al niño al odontopediatra antes de los 3 años son:

– Si el niño se fractura o daña un diente o si se daña la cara y/o la boca.

– Si uno o más dientes presentan signos de decoloración o función. Esto puede ser signo de caries.

Si los papás notan un dolor sin causa aparente, que se agrave al masticar o al tocar el diente, deben consultar al pediatra. Un diente doloroso y sensible a los cambios de temperatura de los alimentos puede significar un diente cariado. El pediatra determinará si el problema es de origen médico o dentario y encaminará el tratamiento adecuado.

¿Qué hacer si un niño, a causa de un golpe, se fractura un diente o lo pierde? Los padres, profesores o acompañantes deben en primer lugar dar los primeros auxilios al niño y ocuparse en seguida de recuperar inmediatamente el diente o fragmento caído. Este debe ser lavado en agua corriente fría y ser conservado idealmente en leche o dentro de la boca del mismo niño y acudir lo antes posible a un centro odontopediátrico o quirúrgico especializado. Estas maniobras permitirán un tratamiento oportuno y adecuado.

Prevención

Los niños deben ser llevados a revisiones bucales periódicas a partir de los tres años o bien una vez que hayan erupcionado sus 20 dientes de leche (dentadura temporal). Estos exámenes deben ser realizados por el especialista (odontopediatra). Los pilares de la salud bucal y dentaria lo constituyen los controles periódicos, una dieta variada y equilibrada, la prevención de traumatismos y el cepillado dentario habitual. Los niños que desde pequeños adoptan estos hábitos crecerán sanitos y podrán exhibir en el futuro hermosas y saludables sonrisas.

Esta guía es el resultado de una traducción libre de una similar editada por la "Academia Norteamericana de Pediatría".