

LA VUELTA AL COLE... SIN CARIES!!!!!!



Dra. Marta del Rey

La higiene de la boca debe iniciarse desde recién nacido. Podemos utilizar una simple gasa humedecida,

con el fin de limpiar las encías y crear el hábito higiénico desde temprana edad.

Con la salida de los primeros dientes, conocidos como dientes de leche o temporales, se debe iniciar el cepillado, sin ser recomendable el uso de pasta dental, hasta que el niño aprenda a escupirla.

La erupción de la dentición temporal comprende aproximadamente desde los 6 meses hasta los 2'5 años. Esta compuesta por 20 dientes: 10 superiores y 10 inferiores.

Erupción:	Dientes Superiores	Dientes Inferiores
Incisivos Centrales	8 meses	6 meses
Incisivos Laterales	10 meses	9 meses
Caninos	20 meses	18 meses
1º molar	16 meses	16 meses
2º molar	29 meses	27 meses

Los dientes permanentes comienzan a aparecer sobre los 6 años de edad.

La segunda dentición está compuesta por 32 dientes: 16 superiores y 16 inferiores.

Alrededor de los 12-13 años la dentición está completa, faltando sólo los 3º molares (cordales o muelas del juicio) que comienzan a erupcionar a partir de los 18 años.



Erupción:	Dientes Superiores	Dientes Inferiores
Incisivos Centrales	7-8 años	6-7 años
Incisivos Laterales	8-9 años	7-8 años
Caninos	11 años	10 años
1º molar	10 años	11 años
2º molar	12 años	12 años

Muchos padres piensan que los dientes de leche no se deben tratar aunque tengan caries. Esto es un gran error. Los dientes temporales, al igual que los permanentes, poseen dentro de su estructura un filete vasculonervioso llamado pulpa dental (nervio) que tienen la capacidad de doler ante estímulos externos, como por ejemplo las caries. Además, los dientes temporales cumplen la importante misión de triturar adecuadamente los alimentos y mantener el espacio para una correcta erupción de los dientes definitivos.

Si no se cuidan los dientes temporales, hay riesgo de aparición de caries, procesos infecciosos, e incluso pérdida prematura de los dientes, que pueden afectar también a los dientes permanentes.

(sigue en pág. 28)

LA VUELTA AL COLE... SIN CARIES!!!!!!

(viene de pág. anterior)

Es recomendable iniciar las visitas al odontólogo durante el embarazo de la mamá, y la primera revisión de la boca del bebé debería realizarse a partir de la erupción del primer diente. Si no lo hubiera hecho en este momento sería recomendable hacerlo durante el primer año de vida.

Parece evidente que el mejor tratamiento médico que existe es el que no ha de realizarse. Para conservar una dentadura sana en el niño es conveniente mantener una serie de hábitos de salud:

- realizar una dieta sin excesivos azúcares.

- acostumbrar al niño a que se cepille 2 ó 3 veces al día con un cepillo pequeño y suave desde la aparición del primer diente.

- aplicación diaria de pasta dentífrica y enjuagarse con colutorio fluorado a partir de los 3 años.

- visitas periódicas (cada 6 meses) al dentista.

- en casos de alto riesgo de caries deberemos:

- *realizar fluorizaciones en la clínica dental 1 vez al mes.

- *sellado de las fisuras de los molares por el odontólogo.

Es muy importante que la clínica dental disponga de una zona específica para enseñar y educar, tanto a niños como a adultos, sobre el correcto cepillado de los dientes, de la encía y de la lengua.

Practicar habitualmente estas medidas higiénicas y de prevención, y realizar visitas de revisión cada 6 meses permite conservar de forma sencilla una dentadura sana toda la vida.

Si el niño va por primera vez al dentista

durante una situación traumática (dolor, infección, etc), ésta experiencia la recordará de forma negativa toda su vida. Esta es una de las causas más comunes de miedo al odontólogo.

Las revisiones periódicas desde edades tempranas es un buen recurso para motivarlo, ya que a través del juego el niño comienza a conocer la clínica dental, a habituarse a los aparatos, al instrumental y al personal odontológico.

Recordemos que, en odontopediatría lo más importante es que el niño vaya al dentista sin temor, que poco a poco se le pueda ir motivando para los distintos tratamientos pero sin presiones, ni miedos. Los dientes de leche deben ser arreglados tanto como los permanentes, y el niño debe acostumbrarse a tener una boca sana, sin caries y sin dolor.

Dra. Marta del Rey

