



## **CONTROL ODONTOLÓGICO. GUÍA DE PREVENCIÓN DE LA CARIES.**

Hojas de Información Sanitaria (HIS)

La primera visita de un niño al dentista debe producirse cuando erupcionan los primeros dientes. En el caso de que todavía no lo hayan hecho, al año de vida.

### **Información para padres**

- La salud oral de los padres o cuidadores afecta a la salud bucal del niño.
- Debe evitarse compartir con el niño objetos que hayan estado en la boca de padres o cuidadores con el niño.
- Los Estreptococos u otras bacterias presentes en las caries de los padres se pueden transmitir a la boca de los hijos.
- Los padres deberían hacerse una revisión dental regularmente y recibir tratamiento cuando sea necesario.
- Los hábitos preventivos de los padres o cuidadores son un modelo a seguir para los niños.

### **Consejos de limpieza de la boca del niño**

- Aunque no haya dientes, se aconseja limpiar con una gasa o cepillar una vez al día las encías a partir de los 4 meses para acostumbrar al recién nacido.
- Cuando erupcionan los primeros dientes y hasta los 3 años de vida, el cepillado de los dientes dependerá exclusivamente de los padres.
- A partir de esta edad, el niño comenzará a usar el cepillo.
- De todos modos, la eliminación de la placa la continuarán haciendo los padres hasta los 7-10 años.
- Se pueden emplear tanto cepillos manuales como eléctricos, con cabezales suaves y pequeños.
- Hay que cepillar mínimo 2 veces al día, especialmente después de cenar y antes de ir a la escuela por la mañana.
- En niños menores de 2 años, se recomienda no utilizar dentífrico, aunque el riesgo de toxicidad si se lo tragan es mínimo.
- Si el niño tiene alto riesgo de caries, hay que utilizar una pasta que contenga 1000 ppm de flúor. La cantidad es un granito de arroz o una raspada en el cepillo.
- Los niños que ya saben escupir (aproximadamente a los 2 años en adelante) utilizarán pasta dental fluorada que tenga entre 1000-1450 ppm. La cantidad de pasta será siempre la medida de un guisante aproximadamente.
- La utilización de la seda dental está indicada desde el momento en que los dos cepillados estén bien establecidos y cuando exista contacto entre dos superficies dentales a nivel molar.
- Los padres y/o cuidadores deben conocer la importancia de los dientes de leche en la configuración futura de la boca

### **Limpieza de dientes y alimentos**

- No untar el chupete con productos azucarados.
- La lactancia materna se recomienda el máximo de tiempo posible.
- La lactancia materna a demanda o el uso del biberón a demanda más allá de los 12 meses produce un alto número de caries.
- Se desaconseja la lactancia o el biberón nocturno después de la erupción del primer diente.
- En el biberón solamente hay que beber la leche; el resto de líquidos se deben ofrecer en vaso.
- Recomendar el cambio del biberón al vaso a los 12 meses de edad.

- El uso de cañita para beber líquidos también favorece las caries (de los molares).
- Recordar que es la frecuencia de la exposición y no la cantidad de azúcar lo que aumenta la susceptibilidad a la caries.

#### **Aplicación de Flúor (en general lo hace el odontólogo)**

- Evaluar el nivel de fluorización del agua de la zona.
- Aplicar barniz de flúor a todos los dientes cada tres meses en pacientes de alto riesgo y cada 6 meses en pacientes de riesgo moderado.
- Sellados de fisuras en las muelas primarias: pacientes de alto riesgo y pacientes de riesgo moderado con fosas y fisuras muy retentivas.
- No aplicar gel de flúor hasta la salida de los dientes definitivos, excepto si el riesgo de caries es muy elevado.
- No utilizar colutorios bucales hasta la salida de los dientes definitivos.

#### **Cepillado de dientes en menores de 1 año**

- Cuando haya salido el primer diente.
- Con gasa mojada o cepillo mojado de cerdas blandas.
- Comenzar siempre por el mismo lado y la misma arcada para no olvidar ningún diente.
- Limpiar superficies vestibulares, luego linguales y finalmente oclusales de cada pieza.
- El niño debe estar estirado sobre el regazo de los padres.
- Para que abra la boca, ponerle el dedo índice a lo largo del vestíbulo inferior, ejerciendo presión al final del mismo.
- Utilizar solamente pasta de dientes en niños de riesgo moderado o alto de caries (capa fina).
- Cepillar dos veces al día: importante el cepillado al final del día.

#### **Cepillado de dientes a los 2 años de vida**

- Iniciar pasta de dientes (cantidad equivalente a un guisante) en todos los niños.
- Siempre mirar que no se lo traguen.
- Pasta con concentración de flúor alrededor de 1000 ppm.

#### **Cepillado de dientes a los 3-5 años de vida**

- En posición erecta.
- Con los padres situados detrás del niño.
- Los padres cepillan primero con agua y después el niño con pasta (cantidad equivalente a un guisante).
- Si las superficies dentales contactan, se puede utilizar seda dental.
- Comenzar siempre por el mismo lado y misma arcada para no olvidar ningún diente.
- Limpiar las tres superficies de cada diente (vestibulares, después linguales y finalmente oclusales de cada pieza) dos veces al día.

#### **Cepillado de dientes en niños > 6 años de vida**

- El niño se responsabiliza del cepillado.
- Los padres supervisan.
- Aplicar la pasta dental con el cepillo en vertical, cubriéndolo entero.
- Uso habitual de la seda dental.