

## **PREGUNTAS MAS FRECUENTES EN ODONTOLOGIA PARA BEBES.**

### **¿Es verdad que durante el embarazo el bebé saca el calcio de mis dientes, dejándolos más frágiles?**

- No. El calcio necesario para la formación de los dientes de tu bebé proviene de una alimentación balanceada, nunca de tus dientes.

### **¿Cuándo se empiezan a formar los dientes de leche?**

- A partir de la sexta semana de embarazo y siguen desarrollándose hasta erupcionar en la boca. Por ello es tan importante la alimentación de la embarazada; cualquier problema de salud de la madre o del bebé durante este periodo podría afectar la estructura de los dientes temporales. Por ejemplo, los bebés prematuros y/o con bajo peso al nacer, tienen más probabilidades de presentar alteraciones del esmalte que los nacidos a término.

### **¿Cuándo se empiezan a formar los dientes permanentes?**

- Los dientes permanentes se empiezan a formar poco antes del parto hasta alrededor del tercer año de vida del niño. Por ello algunas enfermedades o medicaciones en la primera infancia pueden repercutir sobre la formación del esmalte de los dientes permanentes.

### **¿Debo tomar suplementos de flúor durante el embarazo para proteger los dientes de mi bebé?**

- No. Se desconocen los efectos en el feto del flúor sistémico prenatal. Unicamente, los efectos tópicos del flúor del tipo enjuagues, geles y barnices han probado ser los únicos beneficiosos.

### **¿Es importante la lactancia para el desarrollo de la boca de mi bebé?**

Sí, es de vital importancia porque:

- La succión del pecho es una actividad esencial para el correcto crecimiento y desarrollo de su boca.
- Los niños que tienen una lactancia materna adecuada presentan menos problemas de maloclusiones (malas mordidas) que los alimentados con biberón desde los primeros meses.
- La leche materna contiene anticuerpos responsables de la defensa de su organismo.
- La lactancia le proporciona satisfacción, placer y seguridad.

### ¿La lactancia materna prolongada (más de 7 meses) ocasiona caries?

- No necesariamente. Aunque la leche materna es cariogénica; sin embargo, hay que recordar que los factores principales para la aparición de caries precoz son la falta de higiene y la alimentación nocturna. Por ello, si la lactancia materna es a demanda durante la noche, y además, la madre no limpia los dientes de su bebé después de la toma, el bebé puede desarrollar caries.

### Si debo usar el biberón, ¿cómo usarlo de forma que no perjudique el desarrollo de su boca?

- Intenta que el orificio del biberón tenga un flujo similar al de los senos maternos para que el bebé realice los ejercicios de succión necesarios.
- Intenta dar el biberón con el bebé en una posición vertical para que éste realice ejercicios de succión con mayor esfuerzo y se promueva un correcto crecimiento de la boca.
- Nunca añadas azúcar, miel, endulzantes o cereales al biberón. Los zumos deben ser ofrecidos en tacitas, no en biberón.
- A partir de la erupción del primer diente, evita el biberón nocturno. De no hacerlo, es muy importante que realices la limpieza bucal antes de que tu bebé se duerma.
- El biberón debe limitarse a los 12- 18 meses de nacido. A partir de esta edad, intenta que tu hijo beba todos los líquidos de una taza.

### ¿Es malo el chupete?

- No recomendamos el uso del chupete ya que la lactancia materna suplente todas las necesidades de la fase oral.
- Sin embargo, debes saber que algunos ortodoncistas recomiendan el uso del chupete como método para evitar la succión del dedo que tiene unas secuelas más graves.
- De ser utilizado, el chupete debe limitarse a los 18 - 24 meses de edad ya que existe una fuerte asociación entre este hábito y la alteración en la posición de la lengua, que puede ocasionar maloclusiones (malas mordidas).

### ¿Es malo que mi hijo se chupe el dedo?

- La succión del dedo es un hábito reflejo y natural en muchos bebés durante los primeros meses de vida (inclusive dentro de la barriga!). Sin

embargo si persiste, se convierte en un hábito muy difícil de eliminar y a largo plazo ocasiona graves secuelas en la mordida de tu hijo.

- Si tu hijo tiene más de 3 años y aún se chupa el dedo, consulta al ortodoncista o al odontopediatra para que te asesore.

### ¿Las caries son genéticas?

- No. La caries es una enfermedad infecciosa y transmisible que depende de muchos factores, principalmente: poca higiene bucal, transmisión temprana de bacterias de la saliva materna, dieta rica en azúcares, alimentación nocturna, visita tardía al odontopediatra, etc.
- Para evitar la transmisión de bacterias de tu boca (en especial si has tenido alto índice de caries), evita: compartir utensilios con tu bebé (cucharas, cepillos dentales); limpiar el chupete con tu saliva; darle besos en la boca y soplar directamente sobre su comida para enfriarla.

### ¿Por qué es importante mantener sanos los dientes de leche, si se le van a caer?

- Porque una boca libre de caries en la infancia está directamente relacionada con una boca sana en la edad adulta. Si quieres que tu hijo sea un adulto sin caries, ¡cuida sus dientes de leche!
- Si existe una infección en los dientes de leche, los dientes permanentes - que se encuentran justo por debajo-, se pueden ver afectados.
- Porque los dientes de leche sirven para que tu hijo mastique bien, hable correctamente, para mantener el lugar para los dientes permanentes. Además, una sonrisa sana ayuda en el desarrollo de su autoestima.

### ¿Qué consecuencias puede tener una caries en los dientes de leche?

- Dolor intenso, visitas de urgencia y hospitalizaciones por infección facial.
- Disminución en su desarrollo físico.
- Coste elevado de tratamiento.
- Mayor índice de caries en los dientes permanentes.
- Afectación de los dientes permanentes (del esmalte, del camino de erupción, de la posición de éstos en la arcada, etc).

### ¿Cuándo debo empezar con la limpieza de la boca de mi hijo?

#### ¡Empieza ya!

- Idealmente antes de la erupción de los dientes de leche; masajea sus encías con una gasa o un pañito limpio humedecido en agua.

- Una vez hayan salido sus dientes de leche, la limpieza es obligatoria. Utiliza una gasa humedecida o un dedal suave, al menos dos veces al día.
- A partir del año de edad, utiliza un cepillo dental infantil de cerdas suaves y realiza el cepillado al menos 2 veces al día.
- A partir de la erupción de sus muelas (18 - 24 meses) pasa un hilo dental entre las zonas de contacto de éstas, cada noche.
- Recuerda que los niños hasta los 5 años no tienen la habilidad suficiente para realizar una higiene bucal eficaz.

### ¿Qué pasta de dientes debo usar?

- En niños entre 6 meses y 2 años, cepillarse los dientes un mínimo de 2 veces al día con una pasta dental de 500 partes por millón (ppm) de flúor en cantidad mínima; esto es tamaño "guisante".
- En niños entre 6 meses y 2 años con alto riesgo de caries, cepillarse los dientes un mínimo de 2 veces al día con una pasta dental de 1000 partes por millón (ppm) de flúor en cantidad mínima; esto es tamaño "guisante".
- Para niños entre 2 y 6 años, cepillarse los dientes un mínimo de dos veces al día con pastas dentales con mayores concentraciones de flúor (1000-1450 ppm) pero la cantidad no debe ser más grande que un guisante.
- A partir de los 6 años, cepillarse los dientes un mínimo de dos veces al día con una pasta de dientes de 1450 ppm de flúor y tamaño "garbanzo"; entre 1 y 2cm.

### ¿Es bueno el flúor?

- El flúor tópico es una excelente herramienta para proteger al esmalte del ataque bacteriano y reducir el riesgo de caries de los niños.
- Sin embargo, el odontopediatra debe evaluar el riesgo individual de caries de tu hijo para decidir sobre la frecuencia de administración y la dosis adecuada.

### ¿Cuándo debo llevar a mi hijo al odontopediatra?

- Antes de su primer cumpleaños.
- Recuerda que debes ir al dentista para que te enseñe las herramientas para que tu hijo nunca padezca de caries, no para tratarlo.
- Los consejos y el asesoramiento temprano del odontopediatra te ayudarán a que nunca sufra de un dolor de muelas o pase por una anestesia dental.