



14 de Octubre.
Día mundial por un
futuro libre de caries

COMPUESTOS FLUORADOS PARA USO INDIVIDUAL.

El flúor ha demostrado ser una herramienta segura y eficaz para reducir la prevalencia de caries en el mundo y detener las desmineralizaciones del esmalte. Las decisiones en relación a la administración suplementaria de flúor, deben ser basadas en el riesgo individual de caries. El odontopediatra debe analizar el riesgo de caries del niño para decidir sobre el tipo de administración de flúor y su frecuencia.

Los padres deben tener la información de cómo y cuándo empezar con la higiene bucal. Debe quedar claro que el cuidado de la boca del niño es responsabilidad de los padres o cuidadores, por lo menos hasta que adquiera la habilidad motora suficiente para hacerlo solo que, por norma, se consigue sobre los 7-10 años. A partir de este momento y hasta la adolescencia, se recomienda la supervisión por un adulto en el cepillado nocturno.

Las investigaciones indican que solamente los dentífricos con 1000 partes por millón (ppm) de flúor, o más, han probado ser eficaces en la reducción de la caries dental.

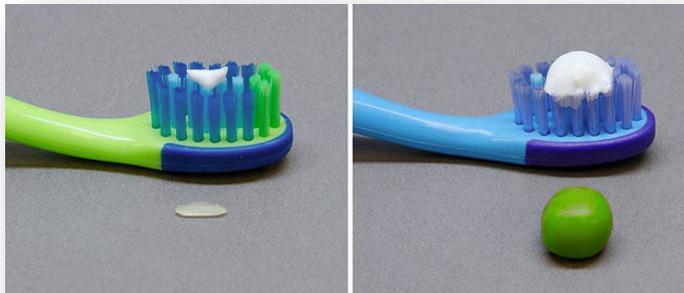
Existe evidencia que sugiere que la acción preventiva del cepillado dental puede maximizarse si se siguen los siguientes puntos:

- ✓ **Es obligado comenzar la higiene de los dientes con la erupción del primer diente temporal** o "de leche" - que suele darse alrededor de los 6 meses de edad.
- ✓ Cepillar los dientes, **como mínimo, dos veces al día**. Uno de los dos cepillados diarios que sea por **la noche** pues **es el más importante de todos**.
- ✓ Después del cepillado escupir los restos de pasta pero **no enjuagar** con agua ni con otros líquidos.
- ✓ **Para niños entre 0 y 3 años:** Utilizar una gasa, un dedal de silicona o un cepillo dental de lactantes con **pasta dental de 1000 ppm (partes por millón) de ión flúor**, en cantidad equivalente a un **grano de arroz**. Se ha demostrado que las pastas dentales con menor concentración de flúor no aportan una prevención adecuada.



14 de Octubre.
Día mundial por un
futuro libre de caries

- ✓ **A partir de los 3 años**, utilizar una cantidad de pasta tamaño **guisante/ anchura del cabezal**. Utilizar pasta dental con una **concentración de 1000 ppm de flúor** para niños de 3 a 6 años y de **1450 ppm de ión flúor** para mayores de 6 años de edad.
- ✓ **Es importante mostrar a los padres de QUÉ** hablamos al referirnos a las cantidades.
- ✓ Siempre que se pueda, utilizar una pasta dental con Arginina al 1.5% y Zinc.
- ✓ La fluorosis es un riesgo sólo si se permite que el niño ingiera la pasta directamente del tubo; no se les debe permitir que coman o chupen pasta del tubo.
- ✓ Recordar que la higiene oral se realiza tanto para establecer unos buenos hábitos orales como para proteger los dientes temporales. Al acostumbrar al bebé a una limpieza dental suave y a pasar el hilo dental, se creará un patrón de cuidados bucales que lo acompañarán durante el resto de su vida.



Tamaño grano de arroz y tamaño guisante en función de la edad del niño



Sociedad Española de Odontopediatría