

SOLO EL 71% DE LOS PADRES HA LLEVADO A SU HIJO AL DENTISTA EN EL ÚLTIMO AÑO

El Consejo General de Dentista de España recomienda que los niños acudan a una revisión bucodental después de las vacaciones de Navidad.

Con la vuelta a las aulas y después de celebración de la época navideña es un buen momento para que los más pequeños acudan a una revisión odontológica. El cambio de rutina durante las vacaciones (alimentación, higiene bucodental, etc.) puede haber afectado a su salud oral. Las visitas periódicas al dentista son esenciales para mantener la cavidad bucal en óptimas condiciones.

El 46% de los padres considera que sus hijos no tienen ningún problema de salud oral, según la última edición del Libro Blanco de la Salud Bucodental en España. Pero la realidad es muy diferente, ya que el 31% de los niños menores de 6 años en nuestro país tiene caries, y entre el 80 y el 90% de los dientes cariados no ha recibido el tratamiento necesario. Y es que solo el 71% de los padres afirma haber llevado a su hijo al dentista en el último año.

Los excesos de la época navideña pueden haber afectado a los dientes de los menores provocando problemas bucodentales que, a la larga, pueden derivar en patologías más graves. Comenzar el año con una revisión bucodental, asegura que los más pequeños disfruten de una buena salud oral y, por tanto, general: “Los dentistas ha-



remos un diagnóstico y valoraremos las necesidades concretas de cada niño. Así, a los que presenten un mayor riesgo de caries, se les podrá aplicar selladores o un barniz de flúor para proteger los dientes”, explica el Dr. Castro, presidente del Consejo General de Dentistas.

Y es que hay que desterrar el mito de que no es necesario tratar los dientes de leche cariados porque se van a acabar cayendo para dar paso a la dentición definitiva. Pero cuidarlos es fundamental por varias razones:

evitan infecciones (flemones) y dolor al niño, posibles complicaciones (infecciones renales o válvula cardiaca) y que el niño pierda horas de colegio. Además, los dientes de leche guardan el espacio a los permanentes, por lo que, si los dientes definitivos erupcionan en una boca con dientes de leche cariados, van a tener mucha mayor probabilidad de enfermar.

En ese sentido, además de las visitas periódicas al dentista, desde el Consejo General de Dentistas se recomienda seguir, durante todo el año,

y en cada etapa del niño una serie de consejos fundamentales:

- Antes de que erupcione el primer diente se aconseja limpiar las encías del bebé con una gasa humedecida con agua.

- Alrededor de los 6-8 meses, es muy recomendable empezar a limpiar los dientes de leche con un cepillo pediátrico, poniendo una mínima cantidad de pasta dentífrica con 1.000 ppm de flúor (tamaño de un grano de arroz).

- A partir de los 3 años, deben realizarse, al menos, dos cepillados al día con pasta fluorada (cantidad equivalente a un guisante), uno por la mañana y otro antes de irse a dormir. Hasta esta edad, el cepillado debe ser efectuado por los padres.

- Entre los 4 años y los 6, el niño debe aprender a cepillarse bajo supervisión.

- En la etapa de los 6 a los 12 años se completa la dentición permanente, por lo que es muy importante reforzar la higiene dental. Se aconseja cepillar los dientes con pasta fluorada (tamaño de un garbanzo) después de las comidas o, como mínimo, por la mañana y por la noche, durante dos minutos. A partir de los 11-12 años es necesario completar el cepillado con la higiene interdental por la noche.

Asimismo, se recomienda renovar el cepillo de dientes cada 3 meses, puesto que va deteriorándose y desaparece su eficacia; llevar una dieta sana y equilibrada, reduciendo la ingesta de azúcar; y si se realizan deportes de contacto es aconsejable el uso de protectores para evitar fracturas dentales.