Contenido – Salud oral

Herramienta interactiva módulo salud infantil

1. **Salud oral en niños y niñas menores de 6 meses**

   La salud oral influye directamente en la salud general de los niños y las niñas, y en la prevención de enfermedades comunes. Además, prepara al niño o niña para adoptar hábitos de higiene que le acompañarán toda la vida.

- Realizar limpieza de encías y mucosas con gasa húmeda, con el fin de retirar restos de leche y para que el niño y la niña se vaya habituando a percibir elementos de limpieza y horarios de higiene bucal.

- Nota: la leche materna es el mejor alimento para fortalecer dientes y encías.

2. **Salud oral**

Salud oral desde los 6 meses a los 2 años

Entre los 6 y 9 meses suele aparecer el primer diente. Si usted observa que los primeros dientes no han salido o si salen con manchas, con el esmalte desgastado debe consultar al odontólogo.

Es normal que el bebé presente algunas molestias, como: (Daniel, esto con imágenes)

- Inflamación y enrojecimiento de las encías.
- Irritabilidad
- Babeo frecuente.

¡Recuerda!

- Evitar el **uso prolongado del chupo** en caso de usarlo, puede afectar la forma de la boca y aumentar el riesgo de caries.
- No **endulzar el chupo** con azúcar, miel u otros productos.
- Evitar que el bebé **duerma con el biberón en la boca**.
- No ofrecer líquidos azucarados en el biberón, especialmente durante la noche.
- Después de los 6 meses y antes del año el niño o niña debe acudir a una cita odontológica

Botón: Cepillado adecuado

3. **Cepillado adecuado**

- Se debe utilizar cepillo con cerdas suaves desde la aparición del primer diente.
- No se recomienda el uso de cepillos tipo dedal cuando ya se tiene dientes.
- La consulta odontológica después del primer año el niño debe asistir **cada 6 meses** para valoración, aplicación de barniz de flúor y limpieza dental.

6 meses a 2 años
• Cepille los dientes 2 veces al día, una antes de dormir. • Utilice crema que contenga flúor cuando se lo indique el odontólogo. • La cantidad del tamaño de un grano de arroz. • Utilizar cepillo dental indicado para la edad, cabeza pequeña de cerdas suaves. • Lleve al bebé a la consulta odontológica entre 18 a 23 meses. • La higiene oral debe ser realizada por los padres o cuidadores hasta los 8 años edad. 

.

TIPS PARA NUNCA OLVIDAR

- Los dientes temporales o de leche son 20 en total.
- La primera cita con Odontopediatra es ideal para tú bebé es antes del 1er año de vida.
- La caries dental es una ENFERMEDAD que se puede evitar.
- La limpieza de la cavidad oral es esencial, tenga o no dientes presentes.
- Nunca dejar que duerma con el biberón.
- Evitar alimentos azucarados.

Salud oral desde los 3 años hasta los 6 años

En esta etapa, los niños están desarrollando autonomía y hábitos que pueden acompañarlos toda la vida. Por eso, es fundamental guiarles en el proceso, creando rutinas de higiene oral, acompañadas del ejemplo de los adultos (Imagen de papás e hijo cepillándose felices). El objetivo es que comprendan la importancia del cuidado dental como parte de su bienestar.

Cepillado adecuado.

De 3 años a 6 años
• Usar cremas dentales infantiles con flúor recomendada por el odontólogo. • La cantidad de crema no debe exceder 0.5 g (como una alverjita). • Realizar el cepillado mínimo 3 veces al día, siempre supervisado por los padres o cuidadores hasta los 8 años. • Antes del cepillado, hacer limpieza entre los dientes con seda dental.



Signos de alerta antes de los 6 años

- En caso de golpes o caídas que involucren cara o boca verificar el estado de los dientes labios y encías. En caso de que el diente se caiga por el accidente llevarlo por urgencias conservando el diente.
- Si hay dolor de dientes que por lo general aparecen en la noche, solicitar cita odontológica.