Cartilla educativa para padres

CUIDADO INTEGRAL DE LA SALUD ORAL EN NIÑOS Y NIÑAS

Estrategia de Información, Educación y Comunicación (IEC)
Promoción y Mantenimiento de la Salud

E.S.E HOSPITAL SAN ANTONIO DE SESQUILÉ- GRUPO PIC

HOSPITAL
SAN ANTONIO
DE SESQUILÉ E. S. E.



PRESENTACIÓN

La salud oral es parte fundamental del bienestar general de los niños y niñas. Esta cartilla brinda orientación práctica a padres y cuidadores para fortalecer hábitos saludables desde la primera infancia.
El contenido se desarrolla conforme a las acciones de promoción y mantenimiento de la salud establecidas en la Resolución 3280 de 2018 y los estándares del Sistema Obligatorio de Garantía de la Calidad definidos en la Resolución 3100 de 2019.



IMPORTANCIA DE LA SALUD ORAL EN LA INFANCIA

Una buena salud oral permite

- Alimentación adecuada
- Desarrollo correcto del lenguaje
- Crecimiento armónico del rostro
- Prevención de dolor e infecciones

Los hábitos adquiridos en la niñez determinan la salud oral en la vida adulta.



DESARROLLO DEL SISTEMA ESTOMATOGNÁTICO

Permite funciones como masticar, hablar y deglutir.

Para favorecer su desarrollo adecuado

- Promover lactancia materna.
- Evitar uso prolongado de chupo y tetero.
- Ofrecer alimentos que estimulen la masticación.
- -Evitar hábitos como succión digital.







SECUENCIA ERUPTIVA

- Los dientes temporales aparecen entre los 6 meses y los 3 años.
- Alrededor de los 6 años erupciona el primer molar permanente.

Importante: El primer molar permanente NO reemplaza ningún diente de leche





CUIDADO DEL PRIMER MOLAR PERMANENTE

El primer molar

Es clave para la masticación.

- Mantiene el espacio para otros dientes permanentes.
- Ayuda a la correcta alineación dental.
- Si se pierde tempranamente puede generar problemas de mordida y necesidad de ortodoncia.

HOSPITAL
SAN ANTONIO
DE SESQUILÉ E. S. E.

TÉCNICA ADECUADA DE CEPILLADO

- Cepillar mínimo 3 veces al día.
- Especialmente antes de dormir.
- Duración mínima: 2 minutos.
- Movimientos suaves, circulares y de barrido.
- Cepillar todas las caras del diente.

Cantidad de crema dental

- Menores de 3 años: tamaño grano de arroz.
- Mayores de 3 años: tamaño arveja.

Supervisión de los padres hasta los 8 años.





USO DE SEDA DENTAL

- Utilizar una vez al día.
- Limpia espacios donde el cepillo no alcanza.
- Previene caries interdentales y enfermedades de encías.

En niños pequeños debe ser aplicada por el adulto.



BARNIZ DE FLÚOR

- Fortalece el esmalte dental.
- Disminuye el riesgo de caries.
- Es un procedimiento seguro, rápido y sin dolor.

Debe aplicarse según indicación del profesional de salud oral.



ALIMENTACIÓN SALUDABLE

Evitar:

- Gaseosas
- Jugos azucarados
- Dulces frecuentes
- Alimentos ultraprocesados

Promover:

- Agua como bebida principal
- Frutas y verduras
- Alimentos naturales
- Horarios regulares de comida



La frecuencia en el consumo de azúcar aumenta el riesgo de caries.





CONTROL ODONTOLÓGICO

- Asistir mínimo dos veces al año.
- No esperar a que haya dolor.
- Permite detectar caries tempranas y alteraciones del crecimiento.

El control periódico evita tratamientos complejos en el futuro.



MENSAJE FINAL

La salud oral es una responsabilidad compartida entre la familia y el equipo de salud.

El cuidado diario, la supervisión del cepillado y la protección del primer molar permanente garantizan una sonrisa sana y un desarrollo adecuado.

Cuidar hoy es prevenir mañana.
Para mayor información acérquese a su institución de salud.

HOSPITAL
SAN ANTONIO
DE SESQUILÉ E. S. E.

