

¿Sabes cómo cuidar la boca de tu bebé?



Debes hacerlo no desde que nazca (que también), sino desde el embarazo. ¿Sabías que incluso lo que comas durante su gestación va a determinar su salud dental?

El **cuidado dental del niño** comienza en el primer trimestre de embarazo de la madre. En él se forman los gérmenes dentarios de los 20 dientes de leche. En el segundo trimestre, lo hacen las células diferenciadas de las 32 piezas definitivas.

“Lo que coma la madre afectará al futuro desarrollo dental del niño”, afirma **Elvira Ferrés**, odontopediatra de la Fundació Hospital de Nens de Barcelona y colaboradora de Compromiso y Seguridad Dental.



Los primeros meses del bebé condicionan la dentadura del adulto. Así, **dar el pecho favorece el correcto posicionamiento** de las arcadas dentarias y, con ello, la buena mordida entre los dientes superiores e inferiores.

Caries y biberón

La caries de los dientes de leche se ha convertido en la enfermedad infecciosa crónica más frecuente de la infancia. Para evitarla, hay que cuidar la boca desde el primer día. Lo ideal es limpiar la boca del bebé—incluso recién nacido— **después de cada toma para retirar los restos de leche y evitar su fermentación.**

Como mínimo, se recomienda hacerlo **una vez al día** (mejor por la noche), **con un dedal de silicona o con una gasita** y recorriendo con movimientos suaves y circulares la superficie de las encías, sus caras laterales, el interior de las mejillas, el paladar y la lengua.

Se recomienda limpiar las encías o los dientes de leche sobre todo, **tras el último biberón del día**. Si un niño toma biberón, usa chupete o se chupa el dedo, su lengua no suele alcanzar la posición correcta en el paladar, lo que le predispone a las malas mordidas (maloclusión).

Dientes de leche

Los primeros dientes de leche **empiezan a aparecer sobre los 8 meses y el proceso concluye hacia los 3 años** aproximadamente, edad a la que la mayoría de los niños tienen ya un juego completo de 20 dientes primarios.

Son frecuentes los casos de niños mayores del año que no tienen ni un diente, pero si se prolonga el retraso se recomienda consultar al odontopediatra.

Los dientes de leche son tan importantes como los definitivos: ayudan a masticar, a hablar y a sonreír. También guardan espacio en las mandíbulas para cuando salgan los dientes permanentes, que ya están debajo dentro del hueso maxilar y mandibular.

“Es un error creer que, como se van a caer, no debemos tratarlos o cuidarlos. Son muy importantes aunque solo duren unos años”, explica Ferrés

En el momento que aparezcan, hay que limpiarlos **con una gasa o con un dedal de silicona (sin pasta dentífrica)**, sobre todo después de comer.

A partir del año, los dientes que haya necesitan la misma higiene que los definitivos. Lo más importante del cepillado es **que arrastre la placa dental**, es decir, la técnica, no el producto que se ponga en el cepillo. Hay que hacerlo por la mañana y por la noche hasta que el niño lo pueda hacer solo perfectamente.

Cuándo ir al odontólogo

Antes del primer cumpleaños, con el primer diente, aunque el bebé tenga solo seis meses, se aconseja realizar el primer chequeo de la boca.

“En esta visita se realiza una exploración clínica del niño y sirve para que los padres reciban información adecuada sobre cómo conseguir una buena salud oral, resuelvan dudas sobre la higiene y cepillado dental, descubran los hábitos que podrían ser perjudiciales para el correcto desarrollo de la cavidad oral, y para que el odontopediatra revise el crecimiento del maxilar y de la mandíbula, la correcta erupción de los dientes y descarte la presencia de patologías como la caries”, explica la doctora Ferrés.

Finalmente, en caso de traumatismo dental, se debe consultar

siempre con el odontopediatra. Si se le rompe un diente de leche, el odontopediatra realizará un plan de tratamiento, a veces solo pulirá el ángulo y otras veces reconstruirá el diente.

Fuente: vida-estilo.