

Tu Salud en Baltimore



Salud dental infantil

Emily Gregory, MD Research Fellow
 Courtney Mangus, MD, Senior Resident
 Tina Navidi, MD, Senior Resident
 Jennifer Albon, MD, Senior Resident
 Departamento de Pediatría
 Johns Hopkins School of Medicine
 Johns Hopkins Bayview Medical Center

¿Sabe que la caries dental es una de las enfermedades más comunes de la infancia?

La buena noticia es que las caries pueden evitarse con cuidado dental. Aunque los niños pierden los primeros dientes, es muy importantes cuidarlos mientras los tienen. Además de ir al dentista, el cuidado que se hace en la casa es muy importante. Muchos padres tienen preguntas acerca de la salud oral. A continuación están las respuestas a las preguntas más comunes, pero si tiene otras preguntas, debe hablar con su pediatra o dentista.

¿Cuándo va a tener mi hijo sus primeros dientes?

Hay mucha variedad en el momento en que comienzan a aparecer los primeros dientes de los niños. En algunos bebés comienzan a aparecer los dientes alrededor de los 6 meses o antes y algunos bebés no tienen su primer diente hasta cumplir su primer año de edad. Normalmente, aparecen los dientes del centro de la boca y posteriormente los molares que se ubican más atrás. A pesar de tener dientes a esta edad temprana, no pueden masticar bien los alimentos duros o crujientes hasta que no alcancen su tamaño normal y estén todos los dientes temporales en la boca, más o menos alrededor de los 2 años, para un total de 20 dientes.

¿Cuándo debo empezar a cepillar los dientes de mi niño?

En cuanto su niño tenga dientes, debe empezar a cepillarlos. Puede usar un cepillo pequeño y suave para bebés, o también utilizar una gasa o una toalla suave para limpiarlos. Lo importante es mantenerlos limpios y comenzar con el hábito de cepillado dental. Recuerde: No importa la edad de su niño, cuando tiene dientes debe empezar a cepillarlos.

¿Cuándo debo empezar a usar la pasta dental?

Recientemente, la American Academy of Pediatric Dentistry ha cambiado sus recomendaciones para el uso de pasta dental en niños. Ahora recomiendan que todos los niños empiecen a usar pasta dental que contenga fluoruro desde la aparición de su primer diente. Los bebés y niños menores de 3 años de edad, deben usar cantidades muy pequeñas, del tamaño de un grano de arroz. Los niños mayores de 3 años de edad, deben usar un poco más, del tamaño de un guisante y enseñarlos a escupir la mayoría de la pasta.

¿Cuándo debo empezar a usar el hilo dental?

De igual manera el uso del hilo dental debe iniciarse en cuanto tenga dientes.

Existen accesorios especialmente diseñados para niños que cumplen la función del hilo dental y son fáciles de usar.

¿Cuándo debo llevar a mi niño por primera vez a un dentista?

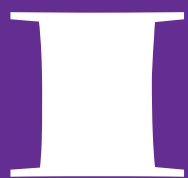
La American Academy of Pediatrics y la American Academy of Pediatric Dentistry recomiendan que los niños vean al dentista cuando están próximos a cumplir el primer año de edad. Aunque su hijo no tenga muchos dientes a esta edad, el dentista puede revisar los dientes que tiene en la boca, verificar que estén en el lugar correcto, colocar fluoruro en los dientes y dar consejos importantes a los padres para mantener la buena salud de los dientes.

¿Puedo tomar el agua de la llave (agua de grifo)?

El agua de la llave actualmente se considera segura para tomar. Las municipalidades usan filtros de agua para asegurar que no contengan sustancias peligrosas o dañinas para la salud. A veces las tuberías de agua acumulan sustancias minerales, por lo que es mejor que primero deje correr el agua por 2 minutos en la mañana para asegurarse que no esta tomando estas partículas. Las municipalidades también añaden fluoruro al agua. El fluoruro es un mineral que protege los dientes y previene la caries dental. Si no usa el agua de la llave y usa agua mineral, es importante revisar que sea agua para bebés que tenga contenido en fluoruro, en inglés "fluoride".

Recurso/s

Programa Dental Maryland Healthy Smiles, servicio dental gratuito o de bajo costo para mujeres embarazadas y niños o menores de 21 años:
 www.dentaquest.com o
 1-800-696-9596



LATIN OPINION

Contáctenos al 410 522 0297
 alba@latinopinionbaltimore.com

Latin Opinion Baltimore News, Con Corazón Comunitario



LATIN OPINION CUMPLE 10 AÑOS AL SERVICIO DE LA COMUNIDAD HISPANA EN BALTIMORE, CON UN APOYO CONSTANTE AL DEPORTE, A LA CULTURA Y A NUESTRAS RAÍCES... CON CORAZÓN COMUNITARIO

www.latinopinionbaltimore.com

