

INFORMACIÓN PARA LA SALUD

RECOMENDACIONES PREVENTIVAS PARA LA NIÑEZ (DE 6 A 12 AÑOS)



¿CÓMO CUIDAR LA SALUD BUCAL EN LA INFANCIA Y LA ADOLESCENCIA?

Adquiriendo el hábito de la correcta limpieza de los dientes a la mañana, a la noche antes de dormir y durante el día luego de cada comida.

La limpieza es necesaria para evitar la formación de la placa bacteriana que daña el esmalte de los dientes y produce caries y otras infecciones.

SUTEBA informa y acompaña el cuidado bucal de las/los afiliadas/os, sus familias y la comunidad educativa. El abordaje del tema en la Escuela contribuye a la Educación de la salud bucal de la comunidad.

Recomendaciones para la niñez (de 6 años a 12 años)

- No compartir el cepillo de dientes porque el sangrado de las encías puede transmitir enfermedades.
- Renovar el cepillo cada 3 meses.
- Evitar el consumo de golosinas y azúcares. De hacerlo, cepillarse los dientes enseguida.
- Lavarse tanto la superficie externa de los dientes como la interna y también la lengua para remover las bacterias.
- Mantener una alimentación variada y equilibrada.
- Limitar los consumos de golosinas, fomentar el consumo de agua mineral con una cantidad de ión fluoruro de hasta 1,2 ppm (partes por millón). Con 1 o 2 vasos al día alcanza para ir incorporando el flúor a los dientes en formación.
- Realizar los controles en el consultorio odontológico cada 6 meses para poder realizar la topicación de fluor, la práctica está cubierta por el IOMA.
- Utilizar poca cantidad de pasta dental y en lo posible con control de una persona adulta. Usar flúor (750 ppm) en las/los niñas/os más pequeñas/os.
- No usar colutorios y en las niñas o los niños que no saben salivar correctamente.

Preadolescentes y adolescentes pueden requerir aparatos dentales para corregir la dentadura.

Los dientes que no se acomodan correctamente presentan mayores dificultades a la hora de mantener la limpieza, corren mayor riesgo de ser perdidos precozmente y provocan tensión adicional en los músculos que participan en la masticación.

Una evaluación del ortodoncista determinará si necesita aparatos dentales y qué tipo de tratamiento es el adecuado. Si utiliza aparatos dentales, debe prestar especial atención a la limpieza correcta de los dientes.

ES MUY IMPORTANTE:

- Higienizar la aparatología con jabón blanco y tener cuidado tanto con la superficie de acrílico como con la parte de "alambres", para no torcerlos o deformarlos.

Recomendamos un pequeño cepillo dental que no haya sido usado.

- Enjuagar para retirar los restos de jabón. Y cuando no estén en uso, guardarlo en cajas contenedoras especiales.

Llevá a tu hija/o a una consulta de odontología
u odontopediatría.



Las enfermedades odontológicas son prevenibles.