

Mis primeros años, mis primeros dientes

La edad en la que los dientes aparecen puede variar mucho de un niño a otro. A su salida, no hay que atribuirle síntomas como la fiebre o dolor y si el niño se queja o presenta fiebre, hay que buscar otra causa. Los dientes son importantes para la salud y aunque sean de leche hay que cuidarlos.

Montserrat Carrasco

Higienista dental. Instituto Dental Horta. Barcelona



¿Por qué he de cuidar los primeros dientes de mi hijo o de leche si los habrá de cambiar?

Hay que tener el mismo cuidado por los dientes de leche o caducos, que por los permanentes, porque una buena vigilancia de la primera dentición «educará» a padres y niños en el cuidado más adelante de los dientes definitivos.

Además, los primeros dientes salvaguardan el espacio de los definitivos, evitando así alguna de las causas más comunes de malformaciones dentales y problemas de ajuste de la boca. Un diente de leche bien cuidado y en su sitio hace una importante función: preparar el terreno para el diente definitivo.

Si aparece una caries en un diente de leche debe ser tratada con el mismo interés que si estuviera en uno definitivo. No vale aquello de «para qué, si se le acabará cayendo», puesto que además de evitar el dolor que puede provocar, sirve para proteger la pieza y mantener el espacio correcto que ocupará el diente definitivo.

No hay que olvidar que dientes, labios y lengua forman nuestra orquesta particular para pronunciar correctamente las letras.

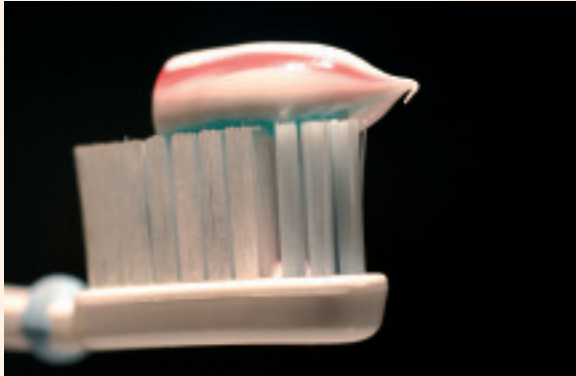
«Un diente de leche bien cuidado y en su sitio ejerce una importante función: preparar el terreno para el diente definitivo»

Mi hijo empieza a tener todos los dientes, ¿qué debo hacer ahora?

La mejor manera de conservar estos dientes de leche (que prepararán el terreno a los que saldrán más tarde) es con una buena prevención. Procura que tenga una alimentación variada y que no coma muchos dulces y «chuches».

Cómo convertir el hábito de lavarse los dientes en una costumbre para su hijo

- Debemos enseñarle cómo usar el cepillo dental de una forma divertida, asociándolo a juegos.
- Es conveniente que los padres les cepillen las primeras veces los dientes y posteriormente supervisar, a su lado, cómo lo hacen ellos.
- Dar mucho «empaque» a la compra de su primer cepillo de dientes. Que nos acompañe y escoja el que más le guste, como si fuera un tesoro.
- Puede utilizar cepillos eléctricos infantiles que tienen música incorporada que dura lo mismo que el tiempo adecuado de cepillado (unos tres minutos).
- Poner mientras se los cepilla su canción preferida o hacer un poco de teatro o juego que le divierta. Posiblemente en ese caso será él mismo quien pida irse a lavar los dientes, porque lo asociará siempre a un momento divertido.
- Inventar historias. Por ejemplo, imaginar con él que su boca es un jardín que hay que limpiar. La pasta y luego el enjuague ayudarán a eliminar las «malas hierbas».
- Puede cepillar también los dientes a su muñeco preferido.
- En el mercado existen muchas pastas dentales fluoradas de sabores que gustan a los niños.
- Y recordar siempre la figura del «Ratoncito Pérez». Es un buen aliado para hablar de dientes con los niños.



©Jim Orr

¿A qué edad es conveniente iniciar el cepillado de dientes?

Entre los 2 y 2 años y medio es conveniente que el niño se vaya familiarizando con el cepillo dental, para que más adelante convierta su uso en habitual. A partir de los 5 años este hábito ya debe ser normal en el niño.

Mi hijo se come la pasta dental, ¿es peligroso?

Es normal que se la coma, porque están hechas de sabores que a los niños les encantan, pero debemos hacerle entender que si bien no pasa nada si lo hace sin querer, no debe convertirlo en una costumbre, porque no es una golosina. No debemos alarmarnos si la ingiere en pequeñas cantidades.

¿A qué edad es conveniente la primera visita al dentista?

Entre los 4 y 5 años es una buena edad para realizar su primera revisión de los dientes y que el profesional nos asesore sobre el curso de su dentición y los pasos que seguir para el buen cuidado dental. ■

Sigue la aparición de los dientes de tus hijos

La dentadura de leche o caduca está formada por 20 dientes cuya erupción varía mucho de un niño a otro. Hay niños que nacen con dientes y otros a los que les salen los primeros cuando ya han cumplido el año de vida. Las edades que se mencionan a continuación son simplemente una orientación.

OCHO INCISIVOS

- 2 centrales inferiores, que suelen erupcionar entre los 6 y 7 meses de edad
- 2 centrales superiores, que suelen erupcionar entre los 7 y 8 meses de edad
- 4 incisivos laterales (2 superiores y 2 inferiores), que suelen erupcionar entre los 9 y 10 meses de edad

CUATRO CANINOS O COLMILLOS

- 2 superiores y 2 inferiores, que suelen erupcionar alrededor de los 18 meses de edad

CUATRO PRIMEROS PREMOLARES

- 2 inferiores, que suelen erupcionar entre los 11 y 13 meses de edad
- 2 superiores, que suelen erupcionar entre los 13 y 15 meses de edad

CUATRO SEGUNDOS PREMOLARES

- 2 superiores y 2 inferiores, que suelen erupcionar entre los 24 y 30 meses de edad

Así pues, entre los 2 años y medio y los 3 años, la dentadura caduca suele estar completamente a la vista. Estos dientes se diferencian de la dentadura definitiva porque son más pequeños y de una coloración blanca-azulada.