

“¿Te has lavado ya los dientes...?”

No queremos saber si lo has hecho, tan sólo si recuerdas a tu madre haciéndote esta pregunta cuando eras niño. Desde los 2 y hasta los 12 años desarrollamos patrones de conducta. Es la primera etapa de la vida, la de **LOS HÁBITOS**, y todo lo que no se aprende de forma natural en esa fase, es difícil interiorizarlo a posteriori (incluido, el cuidado bucodental).

- Cerca del 3% de los menores de entre 6 y 12 años padece ya algún tipo de enfermedad periodontal
- Casi el 50% de ellos, tan sólo se cepilla los dientes dos veces al día, y un 7% ni siquiera se los cepilla
- Casi el 19% de los niños de entre 6 y 12 años usan ya ortodoncia para corregir la posición de sus dientes
- Más del 77% de los niños de 6 a 12 años acude, al menos, una vez al año al dentista

1ª ETAPA: LOS HÁBITOS

Durante los dos primeros años de vida **nacen los dientes de leche**, y el niño depende de sus padres para limpiarlos. Los dientes hay que cuidarlos desde su aparición (a partir del sexto mes aproximadamente), siendo muy útil pasar una gasita suavemente sobre ellos.

De los 2 y hasta los 8 años es la **fase de interiorización**, y en ella se aprende muy bien por imitación. Es importante que el niño se cepille los dientes junto a sus padres, quienes “repararán didácticamente” toda su boca incidiendo en aquellas zonas más difíciles. Al final de esta etapa habrá desarrollado un método eficaz de cepillado bucal y dental.

A partir de los 6 años **se caen los primeros dientes**. El niño descubre la figura del Ratoncito Pérez, esperando ansiosamente su visita. Es entonces cuando comienza a ser consciente de su boca, lo que se acentúa con la primera caries, que aparece aproximadamente a los 4 años, y con la primera visita al dentista.

Entre los 8 y los 12 años tenemos que haber desarrollado técnicas y hábitos de cuidado bucodental satisfactorios. **Es la época de los tratamientos de ortodoncia** para corregir la posición de los dientes. La boca se llena de alambres, engorrosos y antiestéticos, y resulta difícil limpiarla, aumentando el riesgo de padecer caries.

Al finalizar esta etapa debe haber terminado también el recambio de dientes (a excepción de las muelas del juicio). Es un tiempo marcado por **la ingesta descontrolada de golosinas**, así que si las medidas preventivas y las técnicas de cepillado no son adecuadas proliferarán las caries, con todas las complicaciones derivadas (flemones, infecciones etc.), pudiendo ser un verdadero problema sanitario.

RECOMENDACIONES

1. Cepillarse los dientes correctamente tres veces al día
2. Reconocer que hay alimentos que producen caries
3. Visitar al dentista desde niños, ya que estamos seguros de que la visita preventiva y regular al especialista antes de que el niño tenga molestias:
 - Evita la ansiedad ante el profesional, tratando precozmente cualquier pequeña lesión
 - Protege sus dientes frente a las agresiones y enfermedades externas
 - Refuerza la conducta del cepillado creando hábitos estables de cuidado bucodental

Para más información:
LLORENTE & CUENCA
María Cagigas
mcagigas@llorenteycuenca.com
Tel: 91 563 77 22

www.colgate.es

