

---

# Salud Oral



Primera Edición, 2006



California Childcare Health Program  
Administrado por la University of California, San Francisco School of Nursing,  
Department of Family Health Care Nursing  
(510) 839-1195 • (800) 333-3212 Healthline  
[www.ucsfchildcarehealth.org](http://www.ucsfchildcarehealth.org)



Financiado por First 5 California con ayuda adicional de California Department of Education Child Development Division y Federal Maternal and Child Health Bureau. Este módulo también está financiado por First 5 Oral Health Initiative/Dental Health Foundation. Algunos materiales de este módulo fueron adaptados de su primera edición, financiada por UCSF School of Dentistry Center to Address Disparities in Children's Oral Health (CAN-DO) Center.

---

Este módulo es parte del currículum para los Defensores de los Cuidados de Salud del Niño del California Training Institute.

---



## **OBJETIVOS PARA EL APRENDIZAJE**

Describir los principales problemas de salud de los niños en los programas de cuidados y educación tempranos (ECE).

Implementar estrategias de prevención las cuales pueden decrecer la prevalencia de los problemas de salud oral.

Describir tres maneras por las cuales un Defensor de los Cuidados de Salud del Niño (CCHA) puede ayudar a los programas de ECE a satisfacer las necesidades de salud oral de los niños pequeños que ellos sirven.

Identificar los recursos de salud oral para asistir y apoyar a los proveedores de ECE y a las familias.

## **FUNDAMENTO**

Las caries de los dientes y la enfermedad de las encías son las enfermedades crónicas más comunes y las menos tratadas en los niños. La mayoría de los problemas de salud oral se pueden prevenir. La buena salud oral en los niños es esencial para su bienestar general. Para muchos niños, los problemas dentales interfieren con la alimentación, el sueño, el juego, el aprendizaje y la sonrisa. En California, los dientes cariados sin tratamiento en niños es dos veces más común que en el resto de los Estados Unidos. Los CCHA están en una posición única para promover una buena salud oral y educar a los proveedores de ECE y las familias acerca de las formas de tener una buena salud oral.

# LO QUE UN CCHA DEBE SABER

## Por Qué Están a Riesgo los Niños Pequeños

- Los niños pequeños dependen de los adultos para que les proporcionen buenos cuidados de salud oral.
- Los niños pequeños no tienen las habilidades motoras para cepillarse o usar el hilo dental en sus dientes por ellos mismos hasta que tienen 8 años de edad (vea *El Folleto: Hoja de Hechos para Familias: Cepillarse los Dientes es Importante*).
- Las caries de los dientes por el tetero, también conocidas como Caries en la Niñez Temprana, se refieren a caries tempranas y severas en infantes y niños de pre-escolar. Esto es a menudo causado por darle al niño un tetero conteniendo leche, fórmula, jugo o cualquier bebida con azúcar por largos períodos de tiempo (vea *El Folleto: Hoja de Hechos para Familias: Caries en Niños Pequeños* y *El Folleto: Hoja de Hechos para Familias: Las Caries Dentales*).
- Añadirle fluoruro al agua del grifo ha demostrado ser la mejor manera de prevenir caries (Dental Health Foundation [DHF], 2000), pero muchos padres pueden que no sepan acerca de este beneficio y les dan agua embotellada sin fluoruro a sus niños. (Vea *El Folleto: Optimally Fluoridated Areas by Zip Code*.)
- Algunos padres no saben la importancia del valor de los productos con fluoruro tales como la crema dental, los enjuagues bucales, el barniz y los suplementos.
- Muchos padres tienden a ofrecerle a sus niños comidas dulces o pegajosas, los cuales incrementan las posibilidades de tener cavidades.
- Muchas familias no llevan a los niños al dentista para cuidados de prevención a causa de barreras del idioma, dinero o transporte. Debido a estos retos, muchos niños no visitan al dentista hasta que necesitan tratamiento por las caries, ocasionándoles la pérdida de las oportunidades para el cuidado preventivo y la educación.

## Problemas que Surgen en los Programas ECE

- Vigilar y apoyar actividades de salud oral no es común en los programas de ECE. Además, la rotación de personal y de los niños puede llevar a fallas en el cuidado de la salud oral y en sus procedimientos.
- Debido a la falta de tiempo, puede ser difícil para los proveedores de ECE dar salud oral a cada niño aun cuando sea una vez al día.
- Es difícil estar seguro de que las condiciones para guardar los cepillos dentales y otros artículos sean higiénicas y de asegurar de que los niños no compartan el cepillo de dientes.
- Los momentos para el destete de la madre o del tetero a una taza difieren, dependiendo de las prácticas de crianza del niño.
- Los momentos para separarlo de una taza de sorber difieren, dependiendo de las prácticas de crianza del niño.
- Si se usa jugo como sustituto de la fruta, los jugos diluidos pueden interferir con la guía para las cantidades requeridas por el Programa de Alimento en las Guarderías en los programas de ECE. (American Academy of Pediatrics se opone a que se les dé jugo de frutas a infantes menores de 6 meses.)
- Muchos programas de ECE tienen grupos de edades mezclados, y esos grupos necesitan cuidado y educación que estén diseñados para sus estados de desarrollo.
- Encontrar una clínica de dentista consistente puede ser difícil en áreas que no tienen suficientes proveedores.
- Para familias con una cantidad limitada de dinero, con muchos niños o sin seguro dental, puede ser difícil estimular una política de “hogar dental al primer año de edad”.
- Los niños con impedimentos y necesidades especiales pueden requerir apoyo de personal extra para llevar a cabo un buen programa de higiene oral (vea *El Folleto: Notas sobre Salud y Seguridad: La Salud Oral para Niños con Impedimentos y Necesidades Especiales*).
- Ciertas bacterias en la boca de un padre (o del cuidador) pueden causar que el niño desarrolle caries si se intercambia saliva. Este intercambio de saliva pueda pasar por compartir utensilios,

por compartir cepillos de dientes o por chupones que se han “limpiado” con saliva en lugar de agua (Featherstone, 2000). (Vea *El Folleto: Notas sobre Salud y Seguridad: Succión del Pulgar, del Dedo o del Chupón.*)

## Retos para los Niños y las Familias en los Programas de ECE

- **Dificultades Financieras:** Más del 25% de los niños en la escuela preescolar y elemental no tienen seguro dental (DHF, 2000, p.19).
- **Acceso:** Algunas familias viven en áreas con pocos profesionales de salud dental.
- **Escogencias nutricionales pobres:** Algunos proveedores de ECE y algunos padres escogen servir comida empacada la cual tiende a ser alta en azúcar, grasa y sodio, en lugar de escoger servir alimentos más saludables que pueden haber sido lavados, pelados o cortados, tales como frutas, vegetales y queso. (Vea *El Folleto: Hoja de Hechos para Familias: Cuidado de Dientes y Boca* y *El Folleto: Hoja de Hechos para Familias: Buena Nutrición y Sonrisas Saludables*).
- **Escasez de proveedores dentales (dentistas, higienistas):** Esto es especialmente cierto para quienes están entrenados en cuidado pediátrico.
- **Baja proporción de reembolso para Denti-Cal y otros programas de seguro para bajos ingresos:** Esto limita el número de proveedores de cuidado dental que están disponibles para familias de bajos ingresos.

## Fluoruro

- El fluoruro reduce el riesgo de que los niños tengan caries haciendo a los dientes más resistentes a las caries. Añadir fluoruro al agua potable es la manera más simple y económica para prevenir las caries dentales y mejorar la salud oral. Los niveles de fluoruro en el agua potable pueden variar ampliamente dentro de un condado. El departamento local del agua es un recurso confiable para información acerca de la situación del fluoruro en el agua del grifo de una casa específica. (Conversación telefónica con Miguel Martínez, Director de Relaciones con la Comunidad, DHF, el 21 de Julio del 2003.)

- Si el fluoruro se ha añadido al agua, los niños deberían tomar agua del grifo, a través de la fórmula, jugos diluidos, alimentos cocinados y como una bebida.
- Además de tener fluoruro en el agua potable, el fluoruro se le puede dar a los niños de otras maneras: aplicado sobre los dientes (barnizado), o prescrito como una tableta por un médico o un proveedor dental (suplementos).

**Barnizado:** Solución de fluoruro para cubrir los dientes como un tratamiento anexo para la prevención de las caries; barnizar es una manera rápida y fácil de proteger los dientes de los niños (University of California, San Francisco y otros, 2003, capítulo 5).

**Suplementos:** Si el fluoruro no se ha añadido al agua de la comunidad, los padres deben consultar a su médico o proveedor dental para preguntarle acerca del suplemento de fluoruro para niños de 6 meses o más.

## Selladores

- Los selladores son unos revestimientos delgados plásticos puestos en la superficie de morder de los molares para crear una barrera para los alimentos, el ácido y las bacterias.
- Los programas de sellantes dentales de la escuela pueden ayudar a disminuir las caries de los dientes hasta un 60% (Task Force on Community Preventive Services, 2002).

# LO QUE UN CCHA DEBE HACER

## Cumplir con los Programas y Medir las Prácticas Actuales

Siga las prácticas de salud oral para infantes y niños en preescolar, tales como si se usa crema dental con fluoruro; como si se ayuda a los niños a cepillarse; cómo se almacenarán los cepillos de dientes; cuáles comidas/meriendas se les dan; cuándo se estimula el destete; y si las prácticas que previenen lesiones orales se hacen cumplir, tales como aquellas que previenen caídas.

## Revisar las Políticas y los Procedimientos de Seguridad

- Asegúrese de que los cepillos de dientes se guarden de manera higiénica, que la crema dental se le entregue de una manera higiénica, que los números de contacto para emergencias están actualizados, que se previenen las caídas y que el personal está entrenado para emergencias dentales, tales como un diente roto.
- Busque maneras de mejorar las prácticas existentes.

## Provea Materiales Educativos para los Proveedores de ECE, los Niños y los Padres

- Ofrezca afiches llamativos e interesantes para los niños y los padres acerca de prácticas efectivas, tales como prevenir las caries de los dientes por el tetero, limpiar la boca de los infantes, cepillar los dientes y preparar comidas/meriendas saludables. Estimule a los proveedores de ECE a colocarlos en varios lugares fáciles de ver. Dígalos acerca del Mes Nacional sobre Salud Dental (Febrero) y de las clases de actividades educativas que pueden tomar lugar, tales como la entrega de folletos o la lista de recursos. Vea *El Folleto: Los Dientes Sanos Empiezan desde el Nacimiento* y *El Folleto: Hoja de Hechos para Familias: Dentición*.
- Provea de una lista de libros, cintas de video, lugares en la Red y otros recursos para ayudar a educar al personal, a los padres y a los niños

acerca de la salud oral. Muestre el uso de estos materiales en su trabajo. El California Childcare Health Program (CCHP; 2005) tiene un currículum para los profesionales de la Salud y los proveedores de ECE titulado *Health & Safety in the Child Care Setting: Promoting Children's Oral Health* el cual es un recurso excelente para los proveedores de CCHA y de ECE. Este se puede obtener de: [http://www.ucsfchildcarehealth.org/pdfs/Curricula/oral\\_health\\_11\\_v5.pdf](http://www.ucsfchildcarehealth.org/pdfs/Curricula/oral_health_11_v5.pdf).

- Invite a los proveedores de cuidado dental de la comunidad a sentarse con los niños a la hora del círculo como invitado especial.
- Déle consejo a los padres de una manera positiva. Por ejemplo, en lugar de decir “no deje que los bebés se vayan a dormir con el tetero”, diga “puede dejar a los bebés ir a dormir con un tetero si lo llena con simple agua.” En lugar de decir “no le dé demasiado jugo,” diga “si usted desea darle jugo, espere hasta que su bebé tenga al menos 6 meses de edad, dilúyalo con agua para ayudar a prevenir cavidades y viértalo en una taza regular o una taza para sorber.”

## Defienda la Prevención para la Salud Oral

Los CCHA pueden comunicar los siguientes mensajes importantes de prevención a los proveedores de ECE, a los padres y a los niños en los programas de ECE:

- Los adultos pueden propagar los gérmenes que causan caries. No ponga nada en la boca de un niño (tal como un chupón) si éste ha estado en la boca de otra persona.
- Los niños deben ver al dentista al primer año de edad.
- Los niños, como los adultos, deben cepillarse los dientes con crema dental con fluoruro dos veces al día: después del desayuno y antes de ir a la cama en la noche.
- Limite la frecuencia con que su niño tiene jugo, bebidas dulces y meriendas.

## Vincular los Programas con el Departamento de Salud, Seguro de Salud y Otros Recursos

- Ayude a los programas a conectarse con clínicas dentales locales, escuelas de odontología, sociedades odontológicas y recursos de seguro a bajo costo (tal como Child Health and Disability Prevention [CHDP]) ofreciéndoles una lista de los recursos locales, los números de teléfono y los sitios en la Red.
- Refiera a personas con los dentistas locales o con las clínicas dentales cuando sea necesario.
- Averigüe si hay fluoruro en el agua del condado. Si es así, averigüe si se está usando el agua del grifo como bebida, para preparar la fórmula, para cocinar y para diluir los jugos.

## Incluya la Salud Oral en las Evaluaciones de Salud Cuando Sea Posible

Por ejemplo, cuando esté haciendo el chequeo de salud de la mañana, asegúrese de *buscar* señales de caries/infecciones; *oiga* las quejas; *sienta* si hay fiebre o hinchazón alrededor de la boca, las mejillas y la mandíbula; y *huela* por si hay mal aliento, el cual puede ser una señal de caries o infección de las encías.

## Trabaje con Consultores de Cuidados de Salud del Niño

- Los Consultores de Cuidado de Salud del Niño (CCHC) agradecen la opinión acerca de su consulta y de su trabajo educacional con los proveedores de ECE, padres y organizaciones basadas en la comunidad.
- Deje que los CCHC sepan acerca de las necesidades específicas de las familias y de los niños que usted sirve y pregúnteles por los materiales que llenan esas necesidades.
- Pregúntele a su CCHC acerca de organizar exámenes dentales para los niños que están en su programa. Considere usar la *Caries-Risk Assessment Tool (CAT)* (American Academy of Pediatric Dentistry, 2002) para examinar niños. Vea *El Folleto: Caries-Risk Assessment Tool y El Folleto: Notice to Parents about CAT Assessment Findings and Recommendation (Noticia para los*

*Padres acerca de los Hallazgos y Recomendaciones de las Medidas con CAT).*

## Implicaciones Culturales

- Algunas culturas pueden darle a la salud oral una baja prioridad. En la mayoría de áreas del mundo, el cuidado dental es todavía muy costoso y limitado, y el seguro de salud dental es raro o no está disponible del todo.
- Cerca del 40% de los preescolares de color, comparado con el 16% de los niños blancos, necesitan cuidados dentales por problemas ya existentes.
- Algunas familias esperan mucho más tiempo que el recomendado de la edad de 1 año para apartar a los niños del tetero. Algunas familias usan el tetero para tranquilizar al niño.
- Los padres y los cuidadores, sin saberlo, pueden esparcir bacterias que causan caries en los dientes de sus niños cuando se intercambia la saliva. El intercambio de saliva puede pasar cuando los cepillos dentales o utensilios se comparten, cuando la saliva se usa en lugar de agua para limpiar los chupones o cuando el alimento está pre-masticado.

## Implicaciones para los Niños y las Familias

Las caries dentales es la enfermedad crónica más común en los niños. Sin embargo, algunas familias pueden no darle una alta prioridad en la salud oral. Además, puede tomar años para convencer a ciertas familias de que usen medidas preventivas. Asegúrese de que la educación y el apoyo que usted provee sea sensible a los idiomas y a las culturas de los niños y las familias en los programas de ECE.

## Implicaciones para los Proveedores de ECE

Los proveedores de ECE influyen en los niños, y la conducta de un niño puede cambiar la acción de los padres. La salud oral de los niños en los programas de ECE se puede mejorar estableciendo contacto y educando a los proveedores de ECE.



## **ACTIVIDAD 1: ENCUESTA SOBRE MERIENDAS**

El entrenador le enseñará a usted meriendas comunes. Por favor clasifique estas meriendas comunes de acuerdo con su impacto potencial en la salud oral de los niños usando las siguientes categorías:

“Buenas” meriendas (amiga de los dientes, no es muy probable que contribuya a las caries dentales)

“Malas” meriendas (es probable que contribuya a las caries dentales)

## **ACTIVIDAD 2: ESTIMULACIÓN DE IDEAS: CELEBRACIONES LIBRES DE AZÚCAR**

Los cumpleaños y los días festivos se pueden celebrar de maneras muy diferentes. Los niños pequeños pueden disfrutar de estos eventos sin necesidad de comer dulces y meriendas que estén llenas de azúcar. En grupos pequeños, escoja actividades especiales o golosinas sin azúcar que los preescolares pueden disfrutar mientras celebran.

## **ACTIVIDAD 3: HACER UN SISTEMA DE ALMACENAJE DE CEPILLOS DENTALES**

Los cepillos dentales se deben guardar de manera que no se toquen, con las cerdas hacia arriba, al aire libre (para secarse). Use los siguientes materiales e instrucciones para hacer un estante para guardar los cepillos dentales.

### **Materiales:**

- un cartón limpio de leche de medio galón (un cartón de leche es ideal porque no es caro y se puede reemplazar frecuentemente)
- un abridor de agujeros u otra herramienta afilada para agujerear el cartón de un lado
- un rollo de cinta adhesiva
- un marcador de tinta permanente

### **Instrucciones:**

- Ponga el cartón de leche de lado con la parte superior completamente abierta.
- Haga los huecos para los cepillos de dientes—use suficiente espacio de manera que ninguno de los cepillos de dientes se toque.
- Marque cada espacio de almacenaje del niño usando el marcador y la cinta adhesiva.

## **NORMAS NACIONALES**

*De Caring for Our Children: National Health and Safety Performance Standards: Guidelines for Out-of-Home Child Care Programs, Second Edition*

1.027, 2.061, 3.010, 3.011, 5.048, 5.052, 5.095, 8.022, 8.048.

## **REGULACIONES DE CALIFORNIA**

*De Manual of Policies and Procedures for Community Care Licensing Division*

Título 22: Código 101221.

# RECURSOS

## Organizaciones y Recursos

Nombre de la Organización e Información de Contacto	Descripción de los Recursos
<p>American Academy of Pediatric Dentistry (312) 337-2169 www.aapd.org</p>	<p>Una asociación profesional que representa la especialidad de odontología pediátrica. Folletos para los padres en la Red. Catálogos en el Internet con equipos para la evaluación de la salud oral del infante, videos, diapositivas, etc.</p> <p>Folletos Informativos para padres: www.aapd.org/pediatricinformation/brochurelist.asp</p> <p>Cuidados de Emergencia www.aapd.org/publications/brochures/ecare/asp</p>
<p>American Academy of Pediatrics (847) 434-4000 www.aap.org</p>	<p>La asociación profesional de pediatras dedica sus esfuerzos y recursos a la salud física, mental y social, y al bienestar de todos los infantes, niños, adolescentes y jóvenes adultos. La información acerca de la salud oral está disponible para los padres en el sitio de la Red, incluyendo Thumbs, Fingers and Pacifiers: How to Help Your Child Stop. La Caries-Risk Assessment Tool (CAT) está también disponible en el sitio de la Red.</p>
<p>American Dental Association ADA Kids' Corner (312) 440-2500 publicinfo@ada.org www.ada.org</p>	<p>Una asociación profesional de dentistas que dirige una profesión unificada a través de iniciativas en defensa, educación, investigación y desarrollo de normas. Folletos para padres, artículos para niños en el sitio de la Red: www.ada.org/public/topics/kids/index.html</p> <p>Un Mensaje para los Padres: www.ada.org/public/topics/parents/tips.html</p>
<p>California Childcare Health Program (510) 281-7913 phone (800) 333-3212 Healthline cchp@ucsfchildcarehealth.org www.ucsfchildcarehealth.org</p>	<p>Un Programa de la University of California, San Francisco, que provee entrenamiento para personal, materiales educativos para los padres, apoyo por teléfono y por Internet a los proveedores de cuidado de niños de California. Materiales prácticos basados en las investigaciones para cualquiera en el campo del cuidado de niños. La mayoría de los artículos educativos están disponibles en español.</p>
<p>California Dental Association Foundation (916) 443-3382 ext. 8051 foundationinfo@cda.org www.cdafoundation.org</p>	<p>Una organización sin fines de lucro que opera en todo el Estado que promueve la salud oral produciendo programas que incrementan el acceso al cuidado, a la investigación avanzada en políticas de salud y construyendo una fuerza de trabajo sostenible en salud oral. Thumb Sucking: It Could Mean Big Bucks Later, en www.cda.org/articles/thumb.htm.</p>
<p>California Department of Health Services, Office of Oral Health (916) 552-9896 www.dhs.ca.gov/oralhealth</p>	<p>Organización gubernamental del Estado que promueve, asegura y protege la salud oral de los Californianos a través de esfuerzos organizados de la Comunidad. El lugar de la Red provee artículos científicos y referencias con respecto al agua con fluoruro de la comunidad.</p>

Nombre de la Organización e Información de Contacto	Descripción de los Recursos
<p>Centers for Disease Control and Prevention (CDC)—“Brush Up on Healthy Teeth Campaign” (“Campaña Cepílese para Dientes Saludables”) (770) 488-5509 <a href="http://www.cdc.gov/communication/campaigns/brushup.htm">www.cdc.gov/communication/campaigns/brushup.htm</a></p>	<p>Organización gubernamental nacional que provee métodos balanceados en salud pública. La “Brush Up on Healthy Teeth Campaign” (“Campaña Cepílese para Dientes Saludables”) (disponible en español), empezó en el 2002, se enfoca en cuatro mensajes prácticos.</p>
<p>Child Health and Disability Prevention Program (CHDP) <a href="http://www.dhs.ca.gov/pcfh/cms/chdp/">http://www.dhs.ca.gov/pcfh/cms/chdp/</a></p>	<p>El programa CHDP es un programa de salud preventiva que sirve a los niños y a los jóvenes de California. El CHDP pone a la disposición cuidados de salud tempranos para los niños y los jóvenes con problemas de salud al igual que para los que parecen estar bien.</p>
<p>Dental Health Foundation Oral Health Resource Directory for California’s Children (PDF) (510) 663-3727 <a href="mailto:tdhf@pacbell.net">tdhf@pacbell.net</a> <a href="http://www.dentalhealthfoundation.org/topics/children">www.dentalhealthfoundation.org/topics/children</a></p>	<p>Una organización sin fines de lucro que trabaja a través de asociaciones con la comunidad para promover la salud oral para todos al proveer liderazgo en defensa, educación y desarrollo de política pública y promoviendo estrategias basadas en la comunidad.</p>
<p>First Smiles Project <a href="http://www.first5oralhealth.org">www.first5oralhealth.org</a></p>	<p>Como parte de los esfuerzos para promover la salud oral del programa de First 5 California, este sitio en la Red presenta una sección separada para cada grupo que el programa apoya: proveedores dentales, proveedores médicos, educadores de la niñez temprana y padres y cuidadores de niños pequeños.</p>
<p>National Maternal and Child Oral Health Resource Center Georgetown University Box 571272 Washington, DC 20057-1272 <a href="http://www.mchoralhealth.org">www.mchoralhealth.org</a></p>	<p>El propósito del National Maternal and Child Oral Health Resource Center (OHRC) es responder a las necesidades de los estados y comunidades en abordar temas de salud pública oral actuales y en desarrollo. El OHRC apoya a profesionales de la salud, administradores de programas, educadores, responsables de elaborar políticas y otros con el objetivo de mejorar los servicios de salud oral para los infantes, los niños, los adolescentes y sus familias.</p> <p>“Knowledge Path: Oral Health and Children and Adolescents” <a href="http://www.mchoralhealth.org/knwpathoralhealth.html">www.mchoralhealth.org/knwpathoralhealth.html</a></p> <p>Este documento provee una lista de recursos y publicaciones acerca de la salud oral de los niños y se actualiza anualmente.</p>
<p>Nemours Foundation—Kids Health <a href="mailto:izenberg@KidsHealth.org">izenberg@KidsHealth.org</a> <a href="http://www.kidshealth.org/parent/general/teeth/healthy">www.kidshealth.org/parent/general/teeth/healthy</a></p>	<p>Creado en 1995 por The Nemours Foundation’s Center for Children’s Health Media, este lugar ofrece a los padres, niños y adolescentes información actualizada gratis libre de jerga.</p>

## Publicaciones

California Childcare Health Program. (2005). *Health & safety in the child care setting: Promoting children's oral health: A curriculum for health professionals and child care providers*. Oakland: Author. Available at: [http://www.ucsfchildcarehealth.org/pdfs/Curricula/oral\\_health\\_11\\_v5.pdf](http://www.ucsfchildcarehealth.org/pdfs/Curricula/oral_health_11_v5.pdf).

Casamassimo, P. (1996). *Bright Futures in Practice: Oral Health*. Arlington, VA: National Center for Education in Maternal and Child Health. Available at [www.brightfutures.org/oralhealth/pdf/index.html](http://www.brightfutures.org/oralhealth/pdf/index.html).

## REFERENCIAS

American Academy of Pediatric Dentistry (2002). *Policy on use of a caries-risk assessment tool (CAT) for infants, children and adolescents*. Reference Manual 2002-2003, 15-16.

Dental Health Foundation (2000). *The oral health of California's children: halting a neglected epidemic*. Retrieved August 16, 2005, from [www.dentalhealthfoundation.org](http://www.dentalhealthfoundation.org).

Featherstone, J. (2000). *The science and practice of caries prevention*. Journal of American Dental Association, 13, 887-899.

Task Force on Community Preventive Services (2002). *American Journal of Preventive Medicine* 23. Retrieved July 21, 2003, from [www.thecommunityguide.org/oral](http://www.thecommunityguide.org/oral).

University of California, San Francisco, Alameda County Public Health Department, California Department of Health Services, Department of Pediatric Dentistry. (2003). *Healthy kids, healthy teeth: A manual for dental providers* (p. 37-54).



# FOLLETOS PARA EL MODULO SALUD ORAL

## Folletos del California Childcare Health Program (CCHP), Oakland, CA

### Página Título del Folleto

- 15 *Caries-Risk Assessment Tool (CAT) (disponible solamente en Inglés)*
- 16 *Hoja de Hechos para Familias: Las Caries Dentales*
- 17 *Hoja de Hechos para Familias: Buena Nutrición y Sonrisas Saludables*
- 18 *Hoja de Hechos para Familias: Dentición*
- 19 *Hoja de Hechos para Familias: Caries en Niños Pequeños*
- 20 *Hoja de Hechos para Familias: Cuidado de Dientes y Boca*
- 21 *Hoja de Hechos para Familias: Cepillarse los Dientes es Importante*
- 23 *Notas sobre Salud y Seguridad: La Salud Oral para Niños con Impedimentos y Necesidades Especiales*
- 25 *Notas sobre Salud y Seguridad: Succión del Pulgar, del Dedo o del Chupón*
- 27 *Notice to Parents about CAT Assessment Findings and Recommendation (Noticia para los Padres acerca de los Hallazgos y Recomendaciones en las Medidas con CAT)*

## Folletos de First 5 California Oral Health Education & Training Project

### Página Título del Folleto

- Los Dientes Sanos Empiezan desde el Nacimiento (entregado como un folleto separado de este módulo)*
- 28 *Optimally Fluoridated Areas by Zip Code (disponible solamente en Inglés)*



# CARIES-RISK ASSESSMENT TOOL (CAT) (MODIFIED FOR CCHAS)

To help identify children's level of risk for cavities and other oral problems.

The American Academy of Pediatric Dentistry, the developer of this tool (AAPD, 2002), "...encourages both dental and nondental health care providers to use CAT in the care of infants, children, and adolescents."

- The child's classification is determined by the HIGHEST risk category, which means that the presence of even one risk indicator in the high-risk category is sufficient to classify the child as being high-risk. Therefore, a child designated as low-risk would not have ANY moderate-risk or high-risk indicators.
- The CAT should be applied periodically as a child's risk status may change over time.
- CAT does not render a diagnosis. It is a tool to help the CCHC make recommendations to parents.

## Glossary:

CCHC: Child Care Health Consultant • CCHA: Child Care Health Advocate • ECE Program: Early Care and Education Program  
 Pro-cavity snacks: foods thought to promote cavities, e.g., containing a higher proportion of simple sugars

Indicator	Low risk	Moderate risk	High risk
Clinical conditions	No cavities in past 24 months  No white spot lesions (enamel demineralization)  No visible plaque, gums not swollen	Cavities in past 24 months  1 white spot  Gums swollen (gingivitis)	Cavities in past 12 months  More than 1 white spot  Visible plaque on front teeth  Pits on enamel surface
Environmental characteristics	Tap water is fluoridated  Pro-cavity snacks are eaten mostly at mealtimes at ECE program  Parent/caregiver has middle-to-high Socio-Economic Status (SES)  If child is 1 year old or older, has a "dental home" (and receives regular check-ups)	Tap water is not fluoridated but child gets fluoridated products at ECE program  Pro-cavity snacks eaten 1-2 times in ECE program outside of mealtimes  Parent has moderate SES, e.g., child qualifies for reduced or free school lunch  No dental home	Tap water not fluoridated, child doesn't use fluoridated products at ECE program  Pro-cavity snacks eaten 3 or more times in ECE program  Parent has low SES, e.g., child qualifies for Medi-Cal  No dental home
General health conditions			Child has special health care need <sup>1</sup>  Child produces excessive or deficient saliva

<sup>1</sup>Examples of special health care need include chronic physical, developmental, behavioral or emotional conditions that require health and related services beyond that required by a generally healthy child.

# Hoja de Hechos para Familias

## Las Caries Dentales

Las caries dentales (cavidades de los dientes) es una de las enfermedades más comunes de la infancia. Es una enfermedad infecciosa, causada por una bacteria (gérmenes), pero muchos factores están envueltos en el proceso.

### ¿Cómo se forman las cavidades de los dientes?

Las cavidades en un diente es un punto en un diente donde sus minerales se han derretido y se ha formado un hueco. Este proceso, llamado desmineralización, es causado por ácidos que se crean por ciertos tipos de bacterias que viven en nuestra boca.

### Factores que pueden afectar el riesgo de su niño a desarrollar cavidades de los dientes

#### Historia de caries de la familia

- *Historia de caries previas, cavidades o rellenos* en niños menores de 5 años pone al niño en un riesgo muy alto para cavidades futuras.
- *Áreas de desmineralización, encías sangrantes o placa visible en los dientes* significa que las bacterias que pueden causar cavidades o infección de las encías no se están removiendo regularmente.
- *La madre y los miembros de la familia con cavidades* significa que las prácticas dietéticas o los hábitos preventivos necesitan ser mejorados.

#### Destete y otros hábitos dietéticos

- *Botellas para alimentar conteniendo algo diferente a la leche o el agua* (por ejemplo: soda, jugos) aumenta el riesgo de su niño a tener cavidades de los dientes.
- *La alta frecuencia de alimentos que contienen azúcar* (caramelo, alimentos azucarados, bebidas con azúcar), pueden aumentar la producción de ácido y contribuir a la pérdida de minerales y cavidades de los dientes.

#### Higiene oral y fluoruro adecuado

- *Mala higiene oral* ayuda a construir ácido produciendo bacteria como placa en la boca de su niño.
- *Ayudando a su niño a cepillarse* sus propios dientes asegurará una apropiada remoción de la placa y el

desarrollo de hábitos saludables.

- *La crema dental con fluoruro* puede ayudar a prevenir cavidades de los dientes reduciendo la pérdida de minerales y reversando el proceso de desmineralización en los primeros estados de la cavidad.
- *Tomar agua que contenga las cantidades apropiadas de fluoruro* es una vía fácil, segura y efectiva de reducir las cavidades de los dientes.

### Necesidades especiales de cuidados de salud

- *Necesidades de cuidados de salud especiales o impedimentos y condiciones médicas* pueden hacer difícil para algunos niños y sus cuidadores limpiar los dientes de su niño.
- *Medicinas que producen una "boca seca" o contienen altos niveles de azúcar* ponen a estos niños a riesgos más altos de tener cavidades de los dientes.
- *Frenillos, retenedores y otros aparatos de ortodoncia* a menudo atrapan placa y hacen difícil remover bacterias que producen ácidos.

### Hogar dental y acceso a cuidados dentales/de salud

- *Chequeos dentales regulares* pueden ayudar a encontrar cavidades en sus primeros estados.
- *Los tratamientos de fluoruro* por profesionales de la salud pueden proveer protección en contra de las cavidades y ayudar a reparar los dientes dañados.
- *Los selladores dentales* son generalmente colocados en los huecos y surcos de las superficies para morder de los "dientes de atrás" para mantener la placa fuera y prevenir cavidades.
- *El tratamiento/la remoción de caries* puede ayudar a mantener la salud oral en su mejor condición posible.
- *Pobreza, privación social y baja educación de los padres* son ejemplos de circunstancias que pueden indicar barreras para tener acceso al cuidado dental e incrementar el riesgo a las caries.

Es importante asegurarse de que los dientes de sus niños permanezcan saludables. Visite [www.ucsfchildcarehealth.org](http://www.ucsfchildcarehealth.org) o llame a la Línea de Salud al (800) 333-3212.

por A. Rahman Zamani, MD, MPH

#### Referencias y Recursos:

Informe de la Academia Americana de Pediatría, Medida para el Riesgo en el Tiempo de Salud Oral y Establecimiento del Hogar Dental. PEDIATRICS Volumen 111 No 5 Mayo 2003, pp 1113-1116. En el Internet en <http://aappolicy.aappublications.org/cgi/reprint/pediatrics;111/5/1113>

Primera Sonrisa de California en el Internet en <http://first5oralhealth.org>

rev. 09/06



Provided by California Childcare Health Program  
For more information, please contact:  
Healthline 1-800-333-3212

Distributed by:

# Hoja de Hechos para Familias

## Buena Nutrición y Sonrisas Saludables

Una buena nutrición no es sólo necesaria para llevar una vida saludable, también juega un papel clave en el desarrollo y la protección de una buena salud dental.

### Una buena salud dental es parte de una vida saludable

La salud dental es un elemento imprescindible para tener una vida saludable. No es sólo tener dientes saludables o no tener enfermedades—significa tener dientes, encías y boca saludables, relajados y útiles. La salud dental también facilita una buena nutrición. Necesitamos tener los dientes y las encías saludables para masticar y tragar los alimentos eficazmente y para absorber los nutrientes indispensables que nos proporcionan una salud general. De la misma manera, una nutrición buena y unas costumbres de alimentación adecuadas fomentan una buena salud dental.

### La importancia de una alimentación saludable

Los dientes de leche se empiezan a desarrollar durante el segundo mes de vida del embrión y se calcifican antes del nacimiento del bebé. Los dientes permanentes se empiezan a calcificar justo antes del nacimiento del bebé y todas las coronas de los dientes permanentes, excepto las de las muelas del juicio, están formadas para cuando el niño tiene 8 años de edad. Lo que comemos y bebemos no sólo juega un papel importante en el desarrollo y protección de los dientes y las encías—de hecho, la caries y las enfermedades de encías son dos de las enfermedades más comunes hoy en día y se pueden prevenir simplemente mejorando la dieta. La enfermedad de encías afecta los tejidos blandos que sujetan los dientes y es la mayor causa de pérdida de dientes en adultos.

Estos son los nutrientes más importantes para tener una buena salud dental:

- **Las proteínas** son importantes para la formación de los dientes. La desnutrición causa un retraso significativo en la erupción de los dientes de leche y hay estudios que sugieren la existencia de una relación entre la desnutrición temprana y la aparición de caries (los dientes poco desarrollados y bajos en calcio son más vulnerables a las caries).

- **El calcio, la vitamina D y el flúor** son necesarios para la formación de dientes fuertes durante el proceso de calcificación dental. Una falta de vitamina D durante la infancia causa retrasos en la aparición de los dientes de leche y permanentes, y modifica el orden en el que los dientes salen. El flúor disminuye la posibilidad de padecer caries al endurecer el esmalte de los dientes, reducir la capacidad de la bacteria para producir ácido y fomentar la formación mineral.
- **Las vitaminas C y K** son importantes porque mantienen las encías saludables. La vitamina C mantiene fuerte el tejido de las encías y la vitamina K controla la pérdida de sangre. La falta de vitamina C afecta las encías y el tejido blando que sujeta los dientes.
- **La falta de vitamina A** durante la formación de los dientes interfiere con la calcificación dental y como resultado el esmalte de los dientes no se desarrolla completamente o se desarrolla pobremente.
- **Una falta de Riboflavina** produce la inflamación de la lengua y la inflamación o el agrietado de los labios.

### Costumbres alimenticias que afectan la higiene dental

#### Uso inadecuado del biberón

En muchos casos, beber jugos u otras bebidas azucaradas, en lugar de agua, en biberón o taza causa caries infantiles. Esto puede ocurrir cuando se acuesta a los niños con el biberón o cuando usan el biberón o taza con frecuencia durante el día.

#### Alimentos ricos en azúcar o almidón

Aunque los niños y los adolescentes necesitan dietas que proporcionen mucha energía, esto no significa que deban tomar durante el día refrescos y meriendas que contengan grandes cantidades de azúcar. Se ha relacionado la existencia de altos niveles de bacteria que causa caries con la consumición de alimentos ricos en azúcar o almidón (especialmente los alimentos pegajosos), caramelos duros, refrescos, jugos de frutas, galletas, pasteles, tartas y papas fritas en bolsa. Estos alimentos pueden producir caries porque al reaccionar con la bacteria que hay en los dientes producen ácidos que corroen el esmalte de los dientes.

#### Frecuencia de comidas

Además de una higiene dental deficiente, el factor más importante relacionado con las caries es la frecuencia de comidas. Cuanto más frecuentes sean las comidas, mayor es el riesgo de tener caries. Esto es debido a que comer a menudo fomenta el crecimiento de la bacteria bucal que a su vez aumenta el nivel de acidez en la cavidad bucal.

#### Referencia

Academia de Pediatría Americana. (2004). *Manual de Nutrición Pediátrica (Pediatric Nutrition Handbook)*, Quinta Edición.



**Proporcionada por California Childcare Health Program**  
**Para más información, póngase en contacto con:**  
**Línea de la Salud 1-800-333-3212**

---

**Distribuida por:**

# Dentición

La dentición es cuando los primeros dientes del bebé empiezan a salir. El proceso por el cual los dientes se abren paso a través de las encías del bebé está asociado con síntomas que pueden ser difíciles para los bebés y desconcertante para los padres.

### El desarrollo de los dientes

Cuando el bebé nace, los primeros dientes están ya casi totalmente formados en las mandíbulas, bajo las encías. En general, la dentición empieza entre los 5 y los 9 meses de edad y la mayoría de los niños tienen todos los dientes de leche para cuando celebran su tercer cumpleaños.

Normalmente, los dos dientes frontales inferiores aparecen primero, seguidos entre 4 y 8 semanas más tarde por los cuatro dientes superiores frontales.



### Los dientes de leche son importantes

Los dientes no sólo ayudan a masticar los alimentos, sino que también le dan a su hijo un aspecto agradable, una sonrisa simpática y le ayudan a hablar. Los dientes de leche son también importantes porque hacen sitio para que los dientes permanentes crezcan derechos.

### Señales y síntomas de la dentición

A menudo las encías alrededor de los dientes que acaban de salir se inflaman y están un poco sensibles. Es posible que la dentición haga que el bebé esté intranquilo, irritado, que llore, que tenga una fiebre ligera, que babeo excesivamente, que sus costumbres alimenticias y de sueño se cambien y que tenga la necesidad de morder con fuerza o de frotarse las encías. El babeo que ocurre con la dentición puede producir un salpullido en la cara, el cuello o el pecho del bebé. La dentición no causa problemas graves. Cuando los bebés tienen fiebre alta, diarrea o vómitos, algunos padres retrasan la atención médica porque piensan equivocadamente que la dentición produce esos síntomas. Esos no son síntomas de la dentición.

### Consejos para aliviar los síntomas de la dentición

- Frote o dé un masaje en las encías con uno de sus dedos para dar alivio a su bebé.
- Los cubitos de hielo envueltos en un trapo y los alimentos fríos son métodos naturales que también ayudan a bajar la inflamación.
- Los aros para la dentición son útiles pero evite los que contienen líquido. El líquido puede que no sea seguro y, por otro lado, los aros se endurecen demasiado cuando están congelados con lo que podrían hacer más daño que beneficio.
- Nunca ate un aro para la dentición alrededor del cuello del bebé. Puede causar estrangulación.
- Intente mantener la cara del niño seca. Límpiela a menudo para quitar la baba.
- Si escoge un medicamento sin prescripción, tenga presente que los productos que contienen benzocaina (un anestésico local) pueden suprimir el reflejo de la mordaza y hacer que su bebé se ahogue.
- Los medicamentos que se ponen en las encías para aliviar el dolor no son ni necesarios ni útiles, pues no duran en la boca del bebé más de unos minutos.
- No utilice ningún medicamento que contenga alcohol porque puede ser tóxico.
- Si los síntomas continúan empeorando y el bebé ha dejado de dormir o de comer, es posible que su médico le recomiende un medicamento infantil como acetaminofén (Tylenol) para aliviar el dolor. Siga las instrucciones y no le dé al bebé aspirina infantil o ponga tabletas de aspirina en las encías.

### Cuándo se necesita ayuda médica

1. Si los síntomas continúan empeorando.
2. Si las encías le sangran al bebé.
3. Si hay señales de infección de encías como son dolor, pus y una inflamación excesiva.
4. Si el niño está infeliz o si tiene una fiebre por encima de los 100 grados, diarrea o vómitos.
5. Si el niño tiene una fiebre alta, diarrea o serios problemas para dormir. La dentición no causa estos problemas.
6. Si su hijo se niega a mamar del pecho o a comer.
7. Si a los dos años de edad a su hijo todavía no le han salido dientes.

*Para más información sobre la dentición y la salud dental, póngase en contacto con:*

American Academy of Pediatric Dentistry en [www.aapd.org](http://www.aapd.org)  
American Academy of Pediatrics en [www.aap.org](http://www.aap.org)

*por A. Rahman Zamani, MD, MPH*



Proporcionada por California Childcare Health Program  
Para más información, póngase en contacto con:  
Línea de la Salud 1-800-333-3212

Distribuida por:

# Hoja de Hechos para Familias

## Caries en Niños Pequeños

La carie dental (cavidades de los dientes) es una de las enfermedades más comunes de la infancia. Se produce cinco veces más a menudo que la siguiente enfermedad más común, el asma (CDC, 2000). La Caries de la Primera Infancia, o “caries del biberón”, es la que se produce en bebés, niños de entre 1 y 2 años de edad, y niños en edad preescolar, y puede producirse a una edad tan temprana como los 6 ó 12 meses de edad.

### ¿Qué causa la caries?

Los mutantes estreptococos y las especies lactobacilos que pueden producir ácido láctico son los causantes de las caries. Las caries pueden pasar de una persona a otra. Los niños no nacen con estas bacterias, pero las reciben por contagio a una edad muy temprana. Normalmente la bacteria se pasa de la madre o el proveedor de cuidado infantil al niño a través de la saliva cuando se comparten cepillos de dientes, cubiertos, vasos o chupones que se han «limpiado» con saliva.

### ¿Cómo se desarrollan las caries?

Hay cuatro factores que influyen: dientes susceptibles; bacterias que producen ácido; hidratos de carbono (líquidos dulces, jugos, leche, leche artificial para lactancia) fermentados; y tiempo (cuánto tiempo o con qué frecuencia están los dientes expuestos al azúcar). Juntos, estos factores crean un medio ambiente para que la bacteria se multiplique rápidamente y produzca ácidos que disuelven los minerales, derriten el calcio lentamente y provocan las caries. Los niños pequeños corren especialmente el riesgo de tener caries porque son los adultos quienes les tienen que proporcionar un cuidado dental adecuado.

### ¿Cómo se reconoce la caries?

La apariencia de las caries depende de cuán avanzada esté:

- La primera señal de desmineralización (disminución de calcio en el diente) es un color blanquecino sin brillo a la altura de la encía.
- Un borde amarillo, marrón o negro alrededor del cuello del diente indica que la desmineralización ha producido caries.
- La caries está en estado avanzado cuando los dientes no son más que unas protuberancias negruzcas.

### ¿Por qué hay que cuidar los dientes primarios (de leche)?

Los dientes primarios sanos guían a los dientes permanentes para que salgan en su sitio. Para muchos niños, la caries puede

ser un problema serio y doloroso, puede dificultar la ingestión de alimentos, el sueño, la comunicación, el aprendizaje y el juego, y puede causar una autoestima baja. El tratamiento puede ser caro y requerir anestesia general.

### ¿Cómo se puede evitar la caries?

Se puede prevenir las caries porque son infecciones bacteriales causadas por una bacteria específica. Tanto usted como su proveedor de cuidado infantil pueden jugar un papel muy importante en la reducción del riesgo de desarrollo de caries de la primera infancia y en la protección de la sonrisa y la salud del niño.

#### Reduzca el riesgo de transmisión de bacterias

- Reduzca al mínimo la presencia de bacterias en su boca cepillándose los dientes, pasándose el hilo dental y visitando a su dentista con regularidad, especialmente cuando esté embarazada.
- Para que su saliva no entre en contacto con la del niño, evite compartir cucharas con el niño, masticar el alimento de su bebé o meterse el chupón en la boca.

#### Empiece a limpiar los dientes inmediatamente

- Limpie los dientes a diario con una gasa limpia y húmeda tan pronto como aparezca el primer diente. Cuando salgan más dientes, utilice un cepillo pequeño de cerdas blandas.
- Cepille los dientes del niño dos veces al día hasta que aprenda a hacerlo sólo (a la edad de 4 ó 5 años). Luego continúe supervisando para asegurarse que el niño usa el cepillo y la pasta de dientes correctamente.
- Haga que los niños se enjuaguen la boca con agua después de las comidas para que salgan los trozos de alimentos que se hayan quedado entre los dientes.
- Lleve al bebé al dentista cuando le salga el primer diente o cuando cumpla 1 año de edad.

#### Tenga precaución si usa biberón

- Amamante a su bebé—es la opción más sana y los niños que se crían con leche materna corren menos riesgo de tener caries. Si es necesario el uso de biberón, sáquele el biberón cuando el bebé no quiera más.
- Nunca permita que el niño se quede dormido con el biberón de leche materna, leche artificial, jugo o líquidos azucarados en la boca
- Empiece a enseñarle a beber en taza a partir de los 6 u 8 meses de edad. Quítele el biberón cuando cumpla el primer año.
- Cuando los niños tengan sed ofrézcales agua en vez de jugos de frutas o bebidas dulces.

Por A. Rahman Zamani, MD, MPH

#### Referencias y Recursos:

*Salud Dental en América: Informe del Jefe del Servicio Federal de Sanidad*, 2000. [www.surgeongeneral.gov/library/oralhealth](http://www.surgeongeneral.gov/library/oralhealth).

*Salud Dental Infantil de California: Detención de una Epidemia Descuidada*, Fundación de Salud Dental (The Dental Health Foundation), 2002.

*Caries en la Primera Infancia (Early Childhood Caries)*, Asociación Dental de California. [www.cda.org/articles/babybottle.htm](http://www.cda.org/articles/babybottle.htm).



Proporcionada por California Childcare Health Program  
Para más información, póngase en contacto con:  
Línea de la Salud 1-800-333-3212

---

Distribuida por:

# Hoja de Hechos para Familias

## Cuidado de Dientes y Boca

Los dos peores problemas en la higiene oral son las caries y las enfermedades de encías. Son las enfermedades infantiles más comunes y menos tratadas. Para muchos niños, las enfermedades dentales presentan un problema a la hora de comer, dormir, hablar, jugar, aprender y sonreír. Son también las responsables de que los niños pierdan millones de horas escolares al año, en especial niños de familias con bajos ingresos y niños de color, lo cuales tienen poco acceso a cuidados dentales de prevención y por lo tanto son los más vulnerables.

### Cómo mantener sanos los dientes de su hijo

La buena noticia es que las enfermedades dentales se pueden prevenir casi por completo. Consejos para prevenir enfermedades orales e infecciones:

- Los niños, al igual que los adultos, deben cepillarse los dientes con dentífrico con flúor, dos veces al día: después del desayuno y a la noche antes de irse a dormir. Recuerde que hasta los 8 años, los niños necesitan que se les ayude a cepillar los dientes a conciencia.
- La misma buena nutrición que beneficia al cuerpo, beneficia también a la boca. Los alimentos más dañinos son los que contienen azúcar.
- Anime a los niños a que beban mucha agua.
- Lleve a los niños al dentista regularmente para poder detectar y corregir los problemas dentales y orales a tiempo.
- El flúor disminuye las caries. La pasta dentífrica y el agua a veces contienen flúor. Se recomienda que los niños que viven en zonas sin fluoruro usen suplementos o barnices fluorados adicionales. Para asegurarse de que sus hijos reciben suficiente pero no demasiado, consulte el uso de flúor con su dentista.



- El uso de selladores (capas de plástico que el dentista aplica a los dientes) ayudará a prevenir caries creando una barrera física entre los dientes y la placa con la comida. Como los molares permanentes son los que corren más riesgo de tener caries, los molares de los seis y doce años necesitan selladores.
- El uso de protectores bucales previene las lesiones orales/dentales entre aquellos niños que practican actividades como fútbol europeo y americano, hockey e incluso ciclismo y patinaje en línea. Puede encontrar protectores bucales en las tiendas de deportes y si desea otros que se ajusten mejor a su boca, acuda a su dentista.
- Evite las caries producidas por los biberones—no deje a su hijo durmiendo con un biberón que contenga otra cosa que no sea agua. Las caries producidas por los biberones ocurren cuando los niños toman a menudo líquidos dulces como leche (incluyendo la leche materna), jugo de frutas y otros líquidos dulces que se quedan en la boca detrás de los dientes produciendo un daño muy serio. Enseñe a su bebé a beber en una taza; trate de que no use biberones después de los 12–14 meses.



### Recursos para Seguro Dental

Una gran cantidad de niños en California de edad pre-escolar, escuela primaria y algunos de escuela secundaria no tienen seguro dental. Aún aquellos niños que tienen seguro médico carecen de seguro dental. Los recursos indicados abajo podrían ayudar a cubrir el gasto de los cuidados dentales para niños:

- Medi-Cal: (888) 747-1222
- Transitional Medi-Cal: (888) 747-1222
- Healthy Families: (800) 880-5305
- CHDP: (510) 604-4636
- California Kids: (888) 335-8227

Además, ciertos recursos patrocinados por comunidades también tienen sus propios programas. Algunas clínicas, sociedades dentales, organizaciones sin fines de lucro, iglesias, colegios dentales y médicos privados tienen servicios que proporcionan cuidados a familias que lo necesitan a un costo reducido o gratuitamente.

por A. Rahman Zamani, MD, MPH



Proporcionada por California Childcare Health Program  
Para más información, póngase en contacto con:  
Línea de la Salud 1-800-333-3212

Distribuida por:

# Hoja de Hechos para Familias?

## Cepillarse los Dientes es Importante

La buena higiene oral es importante y recomendada para los niños de todas las edades y desde el momento que le sale el primer diente. Cepillarse los dientes remueve la placa, mantiene la boca limpia y saludable, y mejora el aliento del niño y el sentido del gusto. Además, usar crema dental con fluoruro ayuda a combatir las caries (cavidades) mientras que fortifica los dientes. Las investigaciones recientes muestran además que el cepillado regular puede ayudar a proteger su corazón de infección bacterial.

### ¿Que es una placa dental?

La placa dental es una película clara, delgada y pegajosa compuesta de bacterias, desechos de comida y componentes de saliva. La placa se acumula en los dientes y está asociada tanto con las caries dentales y las enfermedades de las encías. Remover mecánicamente la placa cepillándose es el método más efectivo para la limpieza de los dientes y la prevención de enfermedades de las encías.

### Empiece a limpiar los dientes temprano

**Infantes.** Frote sus encías y dientes con paño limpio y húmedo después de las comidas y de nuevo antes de dormir.

**Niños pequeños y en edad Preescolar.** Comience enseñándoles a usar un cepillo dental cuando tienen acerca de 2 años de edad. Los niños pequeños quieren agarrar el cepillo dental y participar en el cepillado de los dientes. Como ellos no tienen suficiente control motor, necesitan de su ayuda.

**Niños en edad escolar.** Supervíselos y ayúdelos hasta la edad de 8 años –la edad en que la mayoría de los niños adquieren excelentes habilidades motoras tales como la habilidad de amarrarse los cordones de los zapatos o vestirse completamente por sí mismos.

### Técnica de Cepillado

La instrucción y la supervisión son importantes para establecer

hábitos efectivos de cepillado de dientes en los niños. Los niños, como los adultos, se deberían cepillar sus dientes al menos dos veces al día, preferiblemente después del desayuno y antes de ir a la cama por la noche.

Comience cepillándoles los dientes por ellos. Póngalos en sus rodillas o regazo mirando los dos hacia la misma dirección, de manera que usted pueda ver sus bocas y ellos se sientan seguros. Tómele las mejillas en su mano con la cabeza descansando sobre su cuerpo y límpieme sus dientes como si fueran los suyos. Trate de limpiar todas las superficies de los dientes -cepille en el borde de las encías y detrás de los dientes.

Supervise a los niños a medida que crecen. Enséñeles y estimulelos a cepillarse sus propios dientes, pero tenga en cuenta que usted tendrá que ayudarlos por unos cuantos años. Debido a sus limitadas habilidades motoras, los niños deberían restregar sus dientes usando pequeños movimientos circulares. Enséñele a los niños a cepillarse suavemente (para evitar herirse las encías) y a escupir la crema dental.

### Use el cepillo dental y la crema dental correctos

El cepillo de dientes debería ser suave y de un tamaño para niños. Para los infantes, use un cepillo que sea fácil de agarrar por el padre y lo suficientemente pequeño para caber en la boca del infante. Para los niños pequeños, use un cepillo de dientes de tamaño apropiado con un mango ancho. Para niños con necesidades especiales y limitaciones, están disponibles una variedad de mangos especiales para hacer el agarrado más fácil.

Cada niño debería tener su propio cepillo de dientes. Use una cantidad pequeña de crema dental con fluoruro (el tamaño de una arveja). A los niños generalmente les gusta el sabor y pudieran tragarse la crema dental, pero tragarse demasiado fluoruro puede llevar al desarrollo de puntos blancos en los dientes (flúorurosis dental). Enseñe a los niños a escupir la crema dental.

### Cuando reemplazar los cepillos dentales

Reemplace los cepillos dentales cada tres meses o más frecuentemente si muestran signos de uso, se contaminan a través del contacto con otro cepillo o niño, o después de que el niño tenga una infección. Los cepillos dentales deberían ser lavados después de cada uso y secados al aire. Si se guardan varios cepillos en el mismo lugar, no permita que se toquen el uno al otro.

*Por A. Rahman Zamani, MD, MPH*

### Recursos

Salud Oral de los Primeros 5 en [www.first5oralhealth.org](http://www.first5oralhealth.org).

Programa de Salud de Cuidados del Niño de California en [www.ucsfchildcarehealth.org](http://www.ucsfchildcarehealth.org).



Provided by California Childcare Health Program  
For more information, please contact:  
Healthline 1-800-333-3212

---

Distributed by:



# La Salud Oral para Niños con Impedimentos y Necesidades Especiales

Los niños con impedimentos y necesidades especiales están a más alto riesgo en problemas de salud, requieren ayuda extra y cuentan con otros para alcanzar y mantener buena salud. La salud de la boca no es una excepción. Una boca limpia es una de sus necesidades de salud más importantes en la vida, y estará influenciada por la habilidad que tenga usted de proveer la ayuda necesaria.

## ¿Quiénes son los niños con necesidades especiales?

Los niños con necesidades especiales son aquellos que tienen o están en un riesgo más alto para tener una condición crónica física, de desarrollo, de conducta o emocional. Además, ellos requieren de un tipo de salud y servicios relacionados, o en cantidades más altas de lo que lo requieren los niños generalmente.

## ¿Por qué están ellos en más alto riesgo?

Los problemas comunes de la boca, tales como una carie o enfermedades de las encías, afectan a todos los niños. Pero los niños con impedimentos y otras necesidades especiales tienen más problemas de salud de la boca que la población en general. Por ejemplo, los niños con impedimentos pueden tener daños con las habilidades de pensamiento, problemas de conducta, problemas para moverse, problemas neuromusculares (babearse, atragantarse y problemas para tragar), movimientos del cuerpo incontrolados, reflujo gastroesofágico, o ataques. Estas complicaciones pueden ser barreras para el cuidado adecuado de la boca y los pone a ellos en más alto riesgo para desarrollar problemas de salud de la boca.

## ¿Cuáles son las causas de los problemas de salud de la boca en niños con impedimentos?

Algunos factores que contribuyen a una salud oral deficiente en niños con impedimentos y otras necesidades especiales son:

- **Condiciones Orales.** Algunas enfermedades genéticas en los niños pequeños pueden causar defectos en el esmalte de los dientes, dientes perdidos y dientes que no se alinean apropiadamente. Los niños con síndrome de Down a menudo sufren de enfermedades de las encías.

- **Limitaciones Físicas.** Los niños que no pueden masticar o mover la lengua apropiadamente no se benefician de la acción de limpieza natural de la lengua, de los músculos de la mejilla, y de los labios.
- **Dificultad para cepillarse y usar el hilo dental.** Los niños con una coordinación motora pobre tal como lesiones de la espina dorsal, distrofia muscular, o parálisis cerebral puede que no estén en capacidad de limpiarse sus dientes o usar los métodos regulares de cepillado y uso del hilo dental.
- **Cantidad Reducida de Saliva.** Los niños que necesitan ayuda para tomar líquidos pueden tomar menos que otros niños, y puede que no tengan suficiente saliva en su boca para ayudar a limpiar partículas de alimentos.
- **Medicamentos.** A los niños que usan medicinas endulzadas por un largo período de tiempo les pueden salir caries. Algunos medicamentos para prevenir los ataques pueden causar hinchazón o sangramiento de las encías.
- **Dietas Restringidas.** A los niños que tienen dificultad para masticar y tragar se les puede dar a menudo comida que se ha hecho puré, la cual se les puede pegar a los dientes.

## ¿Por qué los niños pueden requerir cuidado de salud oral especial?

Los niños pueden necesitar cuidado bucal especial si tienen alguna de las siguientes condiciones: síndrome de Down, epilepsia o convulsiones, labio o paladar leporino, anomalías estructurales (en la cabeza, cara y boca), parálisis cerebral, discapacidades de aprendizaje o desarrollo, problemas de visión u oído, o infección VIH.

## ¿Cuándo se debe sospechar de problemas de salud oral?

Un niño con necesidades especiales puede mostrar alguno de los siguientes signos cuando hay un problema de salud de la boca: rechinar los dientes, rehusar la comida o preferencia por alimentos más suaves, cambios en la conducta como tocarse alrededor de la boca, de los dientes, de las mandíbulas y las mejillas, un aliento apesetoso, o dientes decolorados.

## ¿Cuáles son los problemas comunes de la salud oral?

- La salida de los dientes depende de factores genéticos, del crecimiento de la mandíbula, de la acción muscular y de los medicamentos. Esta puede ser demorada, acelerada o ser inconsistente. A algunos no niños les sale su primer diente hasta que tienen 2 años.
- Es común que los niños con problemas de desarrollo tengan caries. Además de problemas con la dieta y la higiene de la boca, la alimentación prolongada con biberón y los efectos secundarios adversos de ciertos medicamentos contribuyen a la caries de los dientes.
- Las enfermedades de los dientes ocurren más a menudo y a una edad más temprana en niños con impedimentos de desarrollo. El crecimiento demorado de las encías a causa de los medicamentos que se han usado para tratar los ataques, la alta presión de la sangre y un sistema inmune débil ayudan al riesgo de las enfermedades de los dientes.
- Mal oclusión (un espacio pequeño entre los dientes de arriba y los de abajo y dientes amontonados) ocurre en muchos niños con impedimentos en el desarrollo. Esto puede estar asociado con las anomalías musculares, la salida de los dientes tarde, o poco desarrollo de la mandíbula. Los dientes que no se alinean apropiadamente pueden hacer difícil masticar y hablar, e incrementan el riesgo de enfermedades de los dientes, caries, y trauma de la boca.
- El daño a los hábitos orales pueden ser un problema para los niños con impedimentos y necesidades especiales. Algunas de los hábitos más comunes son rechinar o apretar los dientes, acumular alimentos en la boca, respirar por la boca, empujar la lengua, tocarse las encías o morderse los labios.
- Las anomalías de los dientes afectan muchos niños con impedimentos. Estos se pueden presentar con variaciones en el número de dientes, en su tamaño y en su forma.
- Los traumas y lesiones de la cara y la boca por caídas o accidentes ocurren más frecuentemente en niños que tienen retardo mental, ataques, parálisis cerebral, reflejos de protección anormales o falta de coordinación muscular.

## ¿Se necesitan habilidades especiales para proveer de cuidado oral apropiado?

Los proveedores de cuidado para niños que cuidan niños con necesidades especiales también son responsables de

cuidar de sus bocas. Los proveedores necesitan desarrollar un plan para cuidado especial y puede que necesiten buscar guía profesional u obtener entrenamiento apropiado para poder cuidar niños con impedimentos y cuidados especiales. Las habilidades necesarias para promover la salud de la boca son un poquito diferentes de las requeridas para cumplir con las necesidades de cuidado de la boca de otros niños pequeños en guarderías.

## Ayudas para recordar

- Los adultos pueden esparcir los gérmenes que causan las caries. No ponga nada en la boca del niño si eso ha estado en la boca de usted.
- Recuerde que los niños, particularmente los que tienen impedimentos y necesidades especiales, requieren que un adulto les ayude a cepillar los dientes completamente.
- Si el niño tiene problemas agarrando el cepillo de dientes, asegúrese que el cepillo sea fácil de aguantar poniéndole cinta adhesiva a lo largo del mango. También hay cepillos con formas especiales.
- Una buena nutrición, si es buena para el cuerpo, es también buena para la boca. Las sodas, bebidas azucaradas, caramelo y otros dulces o alimentos que contienen azúcar pueden causar caries.
- Usar fluoruro reduce las caries, así que cepille los dientes usando un poco de crema dental con fluoruro.
- Las visitas dentales regulares son importantes.
- Prevenga las caries por causa del biberón – no deje al niño durmiendo con un biberón que no contenga nada más que agua.

Para más ayuda y recursos sobre la salud oral que necesitan los niños pequeños, llame a la Línea de Salud al (800) 333-3212.

## Referencias y Recursos

Instituto Nacional de Investigación Dental y Craneofacial en [www.nidcr.nih.gov](http://www.nidcr.nih.gov)

Academia Americana de Pediatría (AAP) [www.aap.org](http://www.aap.org)

Acerca de las Sonrisas en [www.aboutsmiles.org](http://www.aboutsmiles.org)

Primeros 5 de California en [www.first5oralhealth.org](http://www.first5oralhealth.org)

*Por A. Rahman Zamani, MPH (rev. 10/06)*

# Succión del Pulgar, del Dedo o del Chupón

Todos los recién nacidos sanos sienten la necesidad de succionar para sobrevivir después de nacer. Se ha observado a embriones succionarse el pulgar mientras estaban en el útero. La succión es uno de los reflejos de los bebés que constituyen una habilidad esencial para sobrevivir—si no tuvieran ese reflejo, los bebés no buscarían el alimento.

En el caso de muchos bebés, el instinto de succión no se satisface sólo con las tomas de alimentos. La succión no nutritiva, o la succión de pulgares, dedos, chupones u otros objetos, es un comportamiento normal saludable que proporciona a los niños una sensación de seguridad, calma, placer y relajación durante los primeros años de su vida. Esta costumbre les ayuda a enfrentarse a diferentes situaciones y emociones. En un momento dado, prácticamente todos los niños pequeños se meten en la boca los dedos, el puño, el chupón, el pulgar u otros objetos para succionar. A medida que crecen y se desarrollan, la mayoría deja de meterse cosas en la boca.

## Succión del Pulgar y de los Dedos

La succión del pulgar o de los dedos es un comportamiento normal y natural en los bebés. La mayoría de los niños pequeños se succionan el pulgar o los dedos en algún momento, lo cual es un comportamiento apropiado y útil que les reconforta y entretiene. Normalmente los niños necesitan succionarse el pulgar o los dedos cuando están cansados, estresados, tristes o aburridos. Y no es anormal que el niño que se succione el pulgar o los dedos tenga otros comportamientos que le reconfortan como tirar de un mechón de su pelo, tocarse la oreja o sujetar su mantita o juguete favorito. Incluso aunque este comportamiento persista ya pasada la infancia, la succión del pulgar o de los dedos es normalmente algo que no debe preocupar. La mayoría de los niños dejan esas costumbres por sí solos cuando tienen alrededor de los 2 años de edad. Si los niños no pararan por sí solos, esas costumbres no se deberían fomentar después de los 4 años de edad.

## Chupones

Algunos niños prefieren succionar el chupón en lugar del pulgar o de los dedos. El uso del chupón provoca fuertes reacciones por parte de los padres y de los proveedores de cuidados. Algunos se oponen por la mala apariencia que tiene. Otros piensan que es “apaciguar” al niño con un objeto. Y otros opinan que el uso del chupón puede dañar al niño. Sin embargo, los chupones no causan problemas médicos o psicológicos, e igual que la succión del pulgar o de los dedos, el uso del chupón durante los primeros años del desarrollo normalmente no afecta la posición de los dientes o de la mandíbula. Si el niño no tuviera suficiente con la succión proporcionada por el pecho materno o por los biberones, el chupón satisfará esa necesidad.

## Consejos para el Uso Seguro de Chupones

- No se deben usar los chupones como sustitutos de comidas o para retrasar las comidas; se deberían ofrecer únicamente después de las comidas o entre tomas. Es una tentación ofrecer el chupón al bebé cuando es conveniente. Sin embargo, es mejor dejar que el niño decida si quiere usarlo y cuando.
- Los chupones deberían estar hechos de una sola pieza y de un material fuerte que no sea tóxico y que se pueda esterilizar. Deberían tener una tetina suave con agujeros de ventilación y una pieza exterior más ancha que la boca del niño.
- Nunca ate un chupón a la cuna o cuelgue los chupones del cuello o manos del niño. Es muy peligroso porque el niño se podría estrangular.
- Nunca meta el chupón en miel u otra sustancia dulce antes de dárselo al niño.
- Nunca se meta el chupón en la boca antes de dárselo al niño.
- No permita que los niños compartan los chupones.

- Examine el chupón con frecuencia, especialmente la tetina, para asegurarse que no esté quebradiza y para determinar si el caucho ha cambiado de color o está roto; tírelo si la tetina estuviera pegajosa, hinchada o con grietas.
- Nunca sustituya un chupón con una tetina de biberón.
- Con frecuencia, los chupones se caen al suelo y las manos de los niños están sucias, por lo que es necesario lavar a menudo los chupones y las manos de los niños con jabón suave y aclararlos con agua para reducir la exposición a gérmenes.

## La Succión del Pulgar o de los Dedos contra la Succión del Chupón

Existen puntos de vista contradictorios al respecto. Algunas personas opinan que el chupón podría causar más problemas dentales, que es menos higiénico y que podría dificultar la alimentación con el pecho materno. Otras personas opinan que dejar de succionar el chupón es más fácil que dejar de succionar el pulgar o los dedos, ya que el chupón puede esconderse. Existen estudios que demuestran que los niños que se succionan los pulgares o los dedos normalmente tienen más dificultad quitándose la costumbre que los niños que prefieren los chupones.

### ¿Debería preocuparle?

La principal preocupación debería ser evitar los problemas dentales que podrían producirse si el niño continuara succionando el pulgar, los dedos o el chupón cuando le empiecen a salir los dientes permanentes, alrededor de los 5 años de edad. Una vez que salen los dientes permanentes, la succión del pulgar, de los dedos o del chupón podría dificultar el crecimiento normal de la boca y la alineación de los dientes. Según la Academia Dental Pediátrica Americana, la succión frecuente de pulgares, dedos y chupones tiende a poner presión en las piezas dentales frontales y a sacarlas de su alineación, y como resultado los dientes sobresalen. Esta presión es probable que produzca cambios en el paladar y una mordida abierta con huecos verticales u horizontales entre los dientes frontales superiores e inferiores. En algunos casos estos problemas se solucionan por sí solos, sobre todo si la costumbre desaparece antes de que salgan los dientes permanentes.

Los expertos están de acuerdo en que una succión prolongada de pulgares, dedos o chupones durante y después de la salida de los dientes permanentes puede entorpecer el crecimiento y desarrollo adecuado de los dientes y de las encías. La succión del pulgar o de los dedos o el uso del chupón después de los 6 ó 7 años de edad puede

afectar la forma de la boca y de los dientes del niño, y como resultado, el niño necesitaría tratamiento de ortodoncia más adelante. Si notara cambios en el paladar de la boca del niño o en la alineación de los dientes, sugiera a la familia que consulte con su pediatra o con un dentista pediátrico.

## Cómo Ayudar a Quitar la Costumbre al Niño

En general, la succión no nutritiva de los niños desaparece mucho antes de causar problemas. Sin embargo, algunos niños necesitan ayuda para quitarse la costumbre antes de que desaparezca. Intentar quitar la costumbre al niño podría ser perjudicial si el niño no tuviera el apoyo y la dirección que necesita. Evite usar palabras duras, criticar, burlarse, menospreciar, sacarle el dedo o el chupón de la boca, o castigar al niño como métodos para quitarle la costumbre. Estos métodos podrían disgustar al niño, aumentar su ansiedad y estrés, y empeorar la costumbre.

- Los padres y los proveedores de cuidados pueden ayudar a los niños ofreciéndoles mucho apoyo emocional de diferentes maneras. Empiece a quitarle la costumbre al niño poco a poco. Explíquele que necesita quitarse la costumbre para que le salgan los dientes derechos.
- A menudo, los niños se succionan el pulgar cuando se sienten inseguros o cuando necesitan ser reconfortados. Concéntrese en corregir la causa de esa ansiedad y reconforte al niño.
- Permita que los niños más mayores participen en la selección del método que les quitará la costumbre. Busque un lugar especial para guardar el chupón que esté fuera de la vista para que el niño tenga que pedirlo.
- Alabe los esfuerzos del niño y prémiele cuando no se succione el pulgar o no use el chupón. Ofrézcale palabras de ánimo, hágale una caricia o dele un abrazo en esos momentos en los que no se succione el pulgar o los dedos, o no use el chupón. Hágale saber que usted se da cuenta del esfuerzo que el niño está haciendo para quitarse la costumbre y cuánto lo aprecia usted.
- Los tabloncitos de estrellas, los premios diarios y los recordatorios discretos son también muy útiles.

por Mardi Lucich, MA 06/04

### Referencia

Referencias Rápidas (Fast Facts) de la Academia Dental Pediátrica Americana (American Academy of Pediatric Dentistry) en [www.aapd.org/pdf/FastFacts02-03.pdf](http://www.aapd.org/pdf/FastFacts02-03.pdf).

# NOTICE TO PARENTS ABOUT CAT ASSESSMENT FINDINGS AND RECOMMENDATION

## Help your child have a healthy mouth!

Dear Parent/Caregiver,

Your child's teeth and mouth were checked by \_\_\_\_\_, using the Caries-Risk Assessment Tool (CAT)\* adapted for child care settings. The CAT was developed by the American Academy of Pediatric Dentistry to help identify children who are at risk of dental problems. According to the CAT findings, your child is:

- Low risk: your child seems to have healthy teeth and gums. Keep up the good work!
- Moderate risk: your child needs dental care soon. Please ask your child's medical doctor if you need help finding a dentist.
- High risk: your child needs to visit a dentist very soon! Please ask your child's medical doctor if you need help finding a dentist. Make an appointment as soon as possible.

---

## ¡Ayude a su hijo a tener una boca sana!

Querido padre/proveedor de cuidados infantiles:

Los dientes y la boca de su hijo(a) se examinaron el \_\_\_\_\_ utilizando un Instrumento para la Evaluación de Riesgo de Caries\* (Caries-risk Assessment Tool, CAT, por sus siglas en inglés) adaptado para centros de cuidados infantiles. La Academia Americana de Odontología Pediátrica desarrolló CAT como una ayuda para identificar a aquellos niños que corren el riesgo de tener problemas dentales. Según los resultados del examen con CAT, su hijo(a) corre un riesgo:

- Bajo: su hijo(a) tiene los dientes y las encías sanas. ¡Buen trabajo!
- Moderado: su hijo(a) necesitará cuidado dental pronto. Si necesita ayuda para encontrar un dentista, por favor, pregunte al médico de su hijo(a).
- Alto: su hijo(a) necesita ver a un dentista ¡muy pronto! Si necesita ayuda para encontrar un dentista, por favor, pregunte al médico de su hijo(a). Haga una cita tan pronto como sea posible.

# Optimally Fluoridated Areas by Zip Code

*This is a general guide, and does not include naturally fluoridated areas. Contact local water supplier for more specific information.*

