

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.

Referencias y Recursos:

American Academy of Pediatrics Policy statement, Maintaining and Improving the Oral Health of Young Children. PEDIATRICS Vol. 134 No. 6 December 2014, pp. 1224-1229.

UCSF California Childcare Health Program, Promoting Children's Oral Health (2007) <https://cchp.ucsf.edu/content/health-safety-child-care-setting-promoting-childrens-oral-health>

