

CUIDADOS DE BOCA Y DIENTES

Es especialmente importante el cepillado y cuidado bucal: en la boca hay bacterias que pueden producir enfermedades.

Tenemos que tener cuidado para evitar actos que transmitan nuestras bacterias a nuestros hijos, tales como besos en la boca, compartir utensilios o limpiar, por ejemplo, la tetina de un chupete con nuestra saliva.

Así mismo, es necesario que un odontólogo revise la cavidad oral antes de iniciar el tratamiento con el fin de evitar complicaciones posteriores.

Acude a tu odontólogo con asiduidad, está para ayudarte.



OTRAS RECOMENDACIONES:

El niño debe estar bien hidratado, evitando la sequedad oral, como ya hemos visto. Los labios también deben estar bien lubricados con bálsamos hidratantes.

En situaciones de mucositis o úlceras, con dolor importante, se aplicará tratamiento específico pautado por el médico.

No olvides que tu odontólogo está para acompañarte durante este proceso.
¡Cuenta con él!

BIBLIOGRAFÍA:



Mauricio Legendre 38. 28046 Madrid
Tel.: 91 561 29 05 / Fax: 91 563 28 30
www.coem.org.es @dentistasCOEM



SALUD BUCODENTAL EN

ONCOLOGÍA PEDIÁTRICA



RECOMENDACIONES EN CUANTO A LA DIETA Y HÁBITOS ALIMENTICIOS ADECUADOS



No abusar de alimentos ricos en azúcares refinados (dulces, bollería, caramelos, bebidas azucaradas...) procurando reducir la frecuencia del consumo de estos alimentos y que se tomen solo durante las comidas. No es conveniente usar dulces como reforzadores o recompensas. Conviene buscar alternativas como los frutos secos o productos edulcorados con xilitol.



Proteger la mucosa de irritaciones y agresiones, evitando comidas muy calientes, picantes, etc.



Mantener la boca hidratada, tomando muchos líquidos (preferiblemente agua) y usando geles hidratantes (productos para boca seca o con ácido hialurónico).



En ocasiones, ayuda chupar hielos, que se pueden aromatizar con manzanilla, antes de congelarlos.



Una vez el niño se encuentre en tratamiento, es fundamental mantener diariamente una higiene bucodental adecuada.

Si aparece la mucositis, existen diferentes productos que pueden ayudar a mejorar la sintomatología que ésta provoca. Entre los productos más utilizados, se encuentran los geles a base de clorhexidina, de vitamina E o de ácido hialurónico. Normalmente, se aplican con una gasa o torunda de algodón sobre las heridas antes de cada comida. En cualquier caso, la utilización de cualquier producto debe realizarse bajo la supervisión de su oncólogo. Ante cualquier duda, acude a tu odontólogo.

EL CEPILLADO CORRECTO DE LOS DIENTES

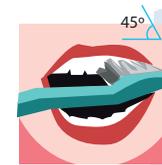
El cepillado de los dientes de los niños debe ser realizado por los padres hasta que el niño demuestre la habilidad suficiente para hacerlo solo. Hasta los 8-9 años, es conveniente que el adulto haga el "repaso" del cepillado. Ayuda situarse detrás del niño, frente a un espejo, inclinando la cabeza del niño hacia atrás.

Atiende a las recomendaciones específicas de su dentista, para el cepillado.

Aunque sea costoso, es fundamental mantener la boca lo más limpia posible: así que hay que armarse de paciencia y ¡adelante!

TÉCNICA DE CEPILLADO

Conviene establecer un sistema, sin olvidarnos de ninguna superficie.



1. Para limpiar la superficie externa e interna del diente colocamos el cepillo en un ángulo de 45° en dirección con la línea de las encías. Haremos movimientos suaves y breves de vaivén, como si barriésemos desde la encía hacia el resto del diente. Lo repetimos en dientes posteriores y anteriores, así como superiores e inferiores.



2. Para limpiar la parte interna de los dientes anteriores colocamos el cepillo en vertical haciendo movimientos desde la encía hacia el resto del diente.



3. Limpiaremos la superficie masticatoria de las muelas con un movimiento de atrás hacia delante.



4. Limpiaremos la lengua con movimientos de vaivén.



5. No debemos olvidar, la limpieza cuidadosa diaria con hilo dental o cepillos interdientales.

LAS ACTIVIDADES DE HIGIENE DIARIA. LA IMPORTANCIA DE LOS ENJUAGUES

Al finalizar cada comida



Nada más terminar, hacer enjuagues con solución salina bicarbonatada (0.9% de cloruro sódico y 5% de bicarbonato sódico): media cucharada de sal y media de bicarbonato en un vaso (200ml) de agua, después de cada comida.

Si el niño no puede enjuagarse, se hará una limpieza bucal suave con gasas o esponjas impregnadas en la solución. También puede usarse una infusión con manzanilla sin azúcar. Un poco después de este enjuague, se realizará el cepillado de manera delicada. Para los niños menores de 4-5 años se realizarán aplicaciones tópicas con torundas impregnadas en la solución.

Después del cepillado del desayuno y de la cena



Enjuagues con un colutorio de clorhexidina. Los niños menores de 4-5 años se aplicará con torundas impregnadas en el colutorio de clorhexidina.

Después del cepillado de la comida:



Enjuagues con fluoruro sódico neutro al 0.05%, cuidando que los niños mantengan el tiempo suficiente en la boca, pero sin llegar a ingerirlo. No deben comer ni beber hasta pasado un tiempo después y no deben coincidir con los enjuagues de clorhexidina. Para los niños menores de 4-5 años se realizarán aplicaciones tópicas con torundas impregnadas en el colutorio fluorado. Tu odontólogo puede recomendarte la aplicación de algún remineralizante a base de fosfato cálcico, en lugar de la utilización del colutorio fluorado.

