



Montessori British School

PROTOCOLO DE EDUCACIÓN EN SALUD BUCODENTAL

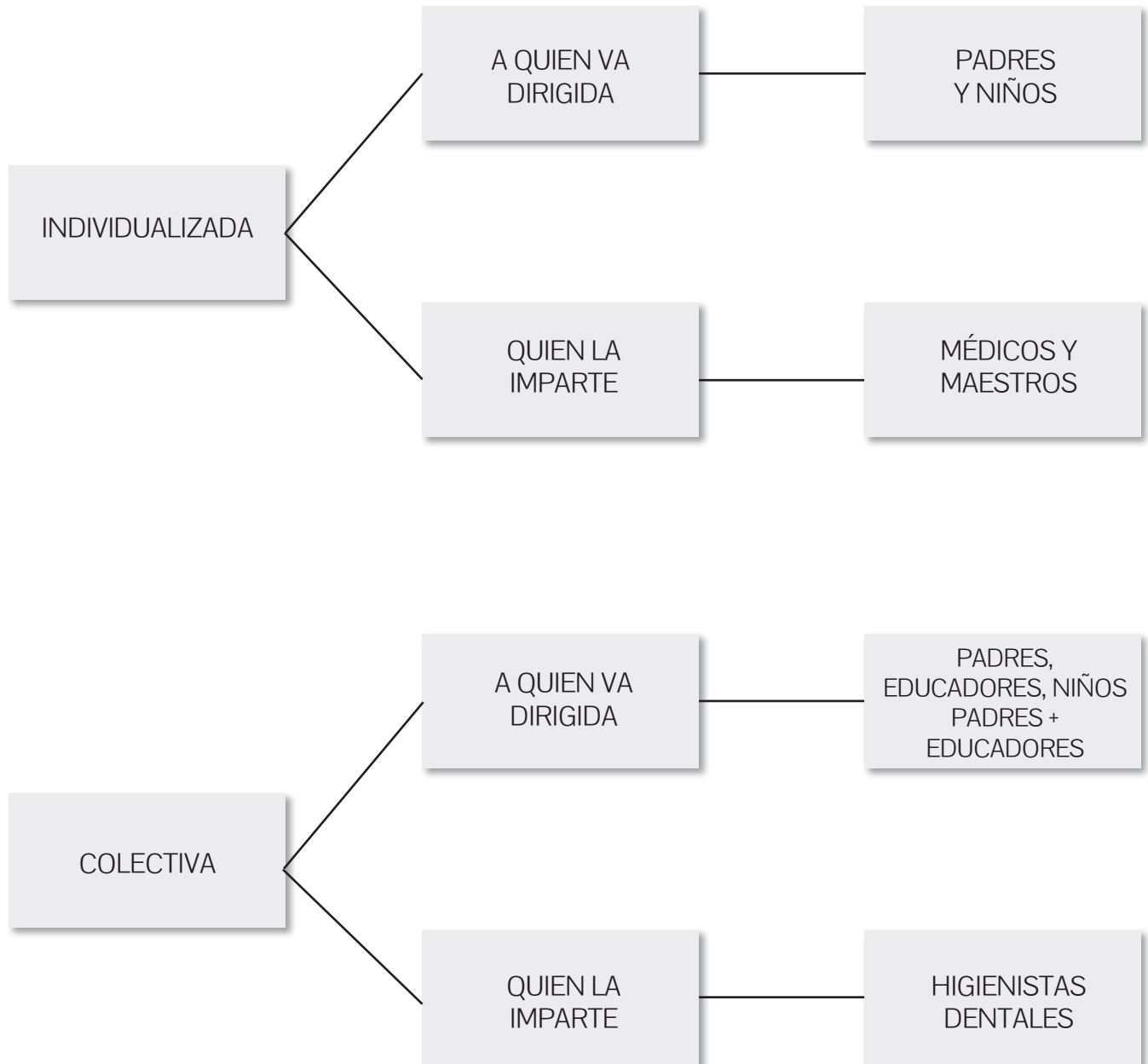


www.mbs.edu.co

Calle 128 No 72 - 80 Calatrava, Bogotá Colombia / Teléfonos: (57) (1) 652 85 85



ORGANIZACIÓN





HIGIENE DENTAL - CEPILLADO

El cepillado debe realizarse por cuadrantes y en orden para que no se deje zonas sin cepillar:

- Cuadrante 1: Superior derecho
- Cuadrante 2: Superior izquierdo
- Cuadrante 3: Inferior izquierdo
- Cuadrante 4: Inferior derecho

Cepillar primero las caras externas de los dientes, luego las internas y por ultimo las caras oclusales (las masticatorias).

El cepillo se debe colocar en ángulo de 45° sobre el costado del diente y encía, rotándolo de tal forma que gire la cabeza del cepillo.

Esto se debe realizar 4 - 5 veces abarcando dos dientes en cada movimiento.

UTILIZA UNA CREMA DENTAL ADECUADA.

El cepillado debe realizarse AL MENOS 2 veces al día:

- Después del desayuno.
- Antes de irse a dormir.

Se recomienda:

- Después de cada exposición de azúcares.
- Antes de la toma de flúor.

Características del cepillo

- Cabeza: Pequeña para que pueda acceder a todas las zonas.
- Mango: Debe ser recto .
- Fibras: Debe tener extremos redondeados, una dureza media y deber ser de material sintético.

DEBE SER CAMBIADO CADA TRES MESES



ESCALA DE ALIMENTOS PELIGROSOS POR SU POTENCIAL CARIOGENICO

Alimentos que contienen azúcar:

- Bebidas sin alcohol
- Leche condensada azucarada
- Cremas azucaradas como la del chocolate
- Batido de leche
- Helado de hielo con colorantes
- Frutas cocidas con azúcar
- Helados Jaleas
- Caramelos Duros

Alimentos solidos adhesivos que contienen azúcar:

- Tortas, rosquillas, bizcochos, barra de caramelo, chocolate.
- Pasteles
- Cereales recubiertos con azúcar. Alimentos sustitutivos Frutos secos
- Aceitunas
- Queso
- Cortes de carne frías
- Pizza
- Zumo de frutas sin endulzar
- Bocadillos de pan

FACTORES DE RIESGO Y ACTITUD ANTE LA PRESENCIA DE CARIES

- No uso de cepillado, al menos 2 veces al día.
- Padre y/o madre y/o hermano > 15 años con CAOD (índice de caries) > 4.
- Hermano < 15 años con caries.
- Malformaciones orales y dentales – Ortodondia.
- Retraso psicomotor.
- Malnutrición pre y postnatal.
- Habito de biberón nocturno y/o chupete endulzado.
- Consumo habitual de jarabes y/o bebidas azucaradas
- Respiración bucal
- Uso continuado de antihistamínicos



Siempre que detectemos caries, tanto en dientes temporales como definitivos, hay que recomendar la obturación de esas piezas debido a que:

- Son focos de infección crónica que hay que eliminar.
- Son estructuras orgánicas (definitivas) irremplazables.

ACTITUD ANTE LOS TRAUMATISMOS ORALES

AGUDOS:

Siempre tras un traumatismo, por leve que parezca hay que visitar en el menor tiempo posible, a un odontólogo para su evaluación.

- Ante la avulsión de una pieza tras un traumatismo, se recomiendan las siguientes normas:
 - Colocar el diente debajo de la lengua del niño que ha sufrido el traumatismo, o en su defecto colocarlo en un vaso de leche (a ser posible entera) o suero fisiológico.
 - NO LAVAR O LIMPIAR EL DIENTE
 - Acudir de inmediato a la consulta del odontólogo.
 - Los dientes negros u oscuros tras traumatismo no afectan para la reabsorción radicular cuando se produzca el cambio con la dentición definitiva.

CRONICOS:

Pueden llegar a producir alteraciones en la oclusión de los dientes. Son todos aquellos traumatismos que llevan al deterioro de la pieza dentaria (mordisqueo de lápices y bolígrafos, comer pipas, abrir botellas, mordisquear hilos, retener pesos con los dientes, bruxismo (rechinamiento de los dientes)).

PREVENCIÓN DEL CANCER ORAL

CARIES DENTAL:

Las fracturas de las paredes del diente formando bordes cortantes, con espículas, actúan como factor irritativo que provoca, de modo crónico, la mutación celular de la mucosa, actuando como factor precanceroso.

IRRITANTES (TABACO, ALCOHOL):

El tabaco es importante por las altas temperaturas que se alcanzan en la zona de asentamiento del cigarro, lo mismo sucede con los fumadores de pipa. Bebidas calientes.

HABITOS:

Todos aquellos hábitos que provoquen decúbito pueden afectar la mucosa, así como el mordisqueo de mejillas y labor (leucoplasias y lesiones del tipo canceroso).

CUIDEMOS LA SALUD BUCAL DE NUESTROS HIJOS