



Dientes sanos



Los dientes son sumamente importantes para la salud y el bienestar. Los dientes sanos no solo son requisito de un desarrollo bueno y una función masticadora adecuada, sino que también permiten lucir una sonrisa radiante.



Qué hacer en caso de un accidente dental

Si a raíz de una caída o de un golpe, un diente de su niño ha sido partido o ha quedado flojo, éste aún podrá ser salvado.

No sujete el diente nunca de la raíz y no lo limpie.

La raíz del diente no debe secarse. Debe transportar el diente o el fragmento del diente en una caja salvadiente (disponible en cada farmacia) o en un poco de leche (UHT). La saliva o el agua se prestan solo durante muy corto tiempo (máx. 30 minutos) como medio de conservación, si no tiene otra cosa a mano.

Informe sin demora a su dentista o bien consulte a la Schulzahnklinik.

► **Caries**

La caries surge en caso de una presencia común de determinadas bacterias y azúcar en la boca, provocando los temidos «agujeros» en los dientes. Efectivamente, ya los dientes de leche pueden acusar daños graves por la caries. Tales daños no desaparecen cuando se pierden los dientes de leche, sino que éstos transmiten la caries a los dientes definitivos. Por lo tanto es muy importante prestar atención ya en los niños pequeños a una buena higiene bucal.

► **Prevención por medio de una limpieza regular de los dientes**

Para mantener los dientes de su niño libres de caries, requiere una buena higiene bucal. Es decir que debe limpiar los dientes al menos dos veces por día con una pasta dentífrica fluorada después de las comidas principales. Preste también atención a que los platos entre horas no contengan azúcar. Como bebida conviene ofrecer agua o bien té sin azúcar. Cuanto más tiempo el azúcar permanece en la cavidad bucal debido a bebidas o restos de comida que contienen azúcar, tanto mayor la probabilidad de un daño a los dientes. Asimismo es importante que ayude a los niños en la limpieza de los dientes hasta que tengan unos 8 años y también que sea un buen ejemplo.

► **Consejos para una alimentación cuidadosa para los dientes**

- Evite los tentempiés dulces y la bebidas dulces o bien, ¡limpie los dientes después!
- Muchos tipos de azúcares son capaces de provocar caries, por ejemplo, también la fructosa contenida en zumos.
- En la compra de dulces debe prestar atención a la calificación «zahnfreundlich» (inocuo para los dientes).
- No recompense a su niño con dulces. Podría acostumbrarse a ello.
- Al cocinar conviene emplear sal común con fluoruro.

► **Previsión por controles dentales**

Después de la aparición del primer diente debe comenzar asimismo con la limpieza de los dientes. Los primeros controles dentales pueden tener lugar una vez por año gratuitamente a la edad de dos, tres y cuatro años. La Schulzahnklinik así como los pediatras ofrecen vales para tales reconocimientos gratuitos. Desde el jardín de infancia hasta el noveno grado, los niños y los jóvenes son sometidos cada año en Basel-Stadt a un reconocimiento por un dentista escolar.

► **Direcciones importantes**

Schulzahnklinik Basel: 061 267 25 25, www.uzb.ch
Schulzahnpraxis Riehen und Bettingen: 061 641 68 00
Zahnärztlicher Notfalldienst: 061 261 15 15