



VISITA AL DENTISTA

Cómo preparar a los peques

El vocabulario que usemos y el comportamiento de los padres antes y durante la visita condicionará la visión de los niños. Os damos algunos consejos para que no sea ningún recuerdo negativo.

Muchos padres nos preguntan cuándo deben realizar la primera visita al dentista. Alrededor de los tres años ya están presentes todos los dientes de leche, pero cada vez es más frecuente ver a niños muy pequeños que acuden a la clínica con caries.

¿Hay alguna forma de evitarlo? Sí, actualmente recomendamos que la primera visita de los niños al dentista se realice en torno al primer año, aunque son aún bebés se van acostumbrando y familiarizando con la figura del dentista. Mucho antes iniciaremos la higiene después de las tomas de leche, tanto si es con biberón como con leche materna.

SON IGUAL DE IMPORTANTES QUE LOS DEFINITIVOS

Los dientes de leche son igual de importantes que los definitivos, ya que con ellos los niños pueden masticar, conseguir una correcta

fonación y pronunciación, mantienen el espacio correcto dejando hueco a los dientes definitivos para que salgan correctamente, y destacar que una infección en un diente de leche puede repercutir a la correcta formación del diente permanente.

Debemos abandonar la opinión de que como se van a caer no hay que dedicarles el tiempo y cuidado necesario.

¿CUÁNDO ACUDIR?

Lo más aconsejable es acudir para realizar revisiones de forma periódica evitando que acudan la primera vez por dolor, siendo más larga

El principal problema es que los más pequeños suelen ir al dentista con miedo

y compleja la visita, influyendo así en la actitud y percepción del niño frente al odontólogo convirtiéndolo en un momento amargo sin necesidad. No conviene esperar a que aparezca ningún tipo de molestias porque se puede evitar con una buena prevención y un seguimiento adecuado.

Así inculcaremos una buena costumbre acudiendo al dentista para prevenir y no únicamente para curar.

Este tipo de revisiones tiene el objetivo de que los niños se acostumbren a los instrumentos y aparatos, que se sientan cómodos y vayan adquiriendo confianza en el profesional y con el ambiente. Hay que explicarles en todo momento lo que se le va a hacer y porqué, bajo ningún concepto se les va a decir mentiras porque perderemos credibilidad, pero si suavizaremos nuestro lenguaje e improvisaremos historias

para que lo vivan como si fuera un juego, una aventura, en vez de una obligación.

La mayoría de los pacientes jóvenes que acuden para revisiones anuales o semestrales desde que son muy pequeños, se convierten en adultos muy colaboradores y confían en el profesional plenamente. En cambio si acude un niño con algún flemón al que nunca se le ha realizado ningún tratamiento o revisión, al desconocer el funcionamiento de la clínica y los profesionales, puede convertirse en un adulto con miedo al dentista en un futuro.

¿CÓMO EXPLICÁRSELO?

Una vez tenemos la cita debemos avisar a nuestro hijo para que no sea una sorpresa y no se vea contrariado, avisándole un día antes de que le van a revisar los dientes y que será divertido.

Es conveniente tener en cuenta que es un lugar desconocido para ellos en el que se va a sentir incómodo al principio, y puede desarrollar algún temor totalmente natural al ser algo nuevo.

En casa debemos evitar frases como: “No comas golosinas que se te picarán los dientes y te tendré que llevar al dentista”, “Te van a quitar los dientes si comes tanto chocolate”; nunca debemos usar este tipo de amenazas porque sino los niños nos ven como un castigo, viendo la figura del dentista como algo negativo. Intentar modificar este tipo de frases hacia algo más positivo como: “Hoy nos toca excursión al dentista, seguro que nos divertimos con el cepillo y la boca gigante que tienen”, “Si le enseñas todos los dientes te darán algún globo o un diploma al mejor paciente”.

Explicarles antes que los papás y abuelos también acuden a revisarse la boca para evitar tener problemas en los dientes, consiguiendo así que ellos tengan una actitud positiva cuando se sientan en el sillón, y en

CASOS COMPLICADOS

En algunos casos, cuando el niño ha desarrollado fobia al dentista debemos recurrir a sedación, totalmente inocua siempre que la realicen manos expertas, mediante algún fármaco o con óxido nitroso, conocido como el gas de la risa.

ningún caso, hablarles de experiencias negativas previas si hemos tenido porque les transmitiremos nuestro rechazo al dentista. La mayoría de veces la fobia al dentista que vemos en los más pequeños es transmitida por los padres o el entorno cercano. De ahí la importancia de la información previa que les demos a nuestros hijos nosotros o nuestros familiares.

DURANTE LA CONSULTA

En la consulta algunos doctores consideran de gran ayuda que estén los padres dentro del gabinete, incluso para que sirva de ejemplo, se sientan en el sillón y se le hace la revisión a los papás para que el niño vea que no ocurre nada y que no hay

motivo para tener miedo, adquiriendo una mayor confianza.

Por el contrario, muchos odontopediatras prefieren que los papás esperen fuera porque, en general, la mayoría de niños tienen mejor comportamiento cuando los padres no estamos presentes, dependerá del caso, pero si es así no te sientas incómodo.

La gran diferencia entre un dentista general y un odontopediatra es que se han formado en manejo de conducta para que, dependiendo del carácter de cada niño, pueda explicarle todo con un correcto lenguaje y una técnica adecuada para que no desarrollen ningún miedo.

Nunca decir delante de ellos la palabra dolor o aguja o pinchazo, ni advertir: “Estate tranquilo que no te van a hacer daño”, porque ya les ponemos en alerta de que algo malo va a suceder.

Por supuesto, al final de la cita, debemos premiarles por su buen comportamiento dándoles algún diploma para los más valientes o algún globo o regalo para que recuerden la visita como algo divertido.

Siguiendo todos estos trucos haremos que nuestros hijos vean la visita al dentista como un momento en familia divertido. ■

