

DÍA UNIVERSAL DEL NIÑO

## Un 35% de los niños de seis años presenta caries

- **La higiene, la técnica de cepillado y la dieta son clave en la prevención de estas patologías**
- **El COEM y su Fundación participarán el 24 y el 25 de noviembre en la Feria del Día Mundial de la Infancia**

**Madrid, 20 noviembre 2018.-** La caries dental es la enfermedad oral más prevalente en la población infantil. Según un estudio de la Consejería de Sanidad de la Comunidad de Madrid, un 35,9% de niños de 6 años presenta caries y en el caso de los de 15 años, esta prevalencia asciende al 50,5%.<sup>1</sup> Por esta razón, el Colegio Oficial de Odontólogos y Estomatólogos de la I Región (COEM) quiere recordar, en el marco del Día Mundial del Niño, los hábitos adecuados para prevenir la aparición de trastornos bucales.

La caries es una enfermedad infecciosa que destruye los tejidos dentarios, pero es una patología fácilmente prevenible si se siguen las pautas de cuidados dietéticos, odontológicos y de higiene bucal adecuadas y adaptadas al riesgo que presente cada individuo.

El presidente del COEM, el Dr. Antonio Montero, resalta la importancia de introducir hábitos de higiene oral, incluso en los niños más pequeños. "Desde que salen los primeros dientes, es conveniente limpiarlos con una gasa húmeda después de cada toma y, según vayan saliendo, iremos adaptando el cepillo. El cepillado debe ser realizado por los padres hasta que ellos sean capaces de cepillarse bien por sí mismos", afirma. La posición idónea es situarse detrás del niño, frente a un espejo y siguiendo un orden para limpiar todos los dientes por todas sus caras.

En este sentido, conviene enseñarles a seguir la siguiente técnica de cepillado:

- 1º.** Limpiar la superficie masticatoria de las muelas con movimientos de atrás hacia delante.
- 2º.** Limpiar la superficie externa e interna colocando el cepillo en un ángulo de 45º en dirección con la línea de las encías con movimientos suaves y breves desde la encía hacia el resto del diente.
- 3º.** Durante 2 minutos, tres veces al día.
- 4º.** Terminar cepillando la lengua.



## **La importancia de la dieta**

Es importante no abusar de alimentos ricos en azúcar (refrescos, dulces y bollería), y procurar limitar su consumo. Hay que evitar usarlos como premio y entre comidas. Además, es mejor que la consistencia de los alimentos sea sólida, para fomentar la masticación. Conviene no picar entre horas, cepillarse los dientes y encías después de cada comida y vigilar la calidad de los alimentos que ingieren los niños.

Para garantizar una adecuada educación en salud bucodental para los más pequeños, es importante seguir, además, las siguientes recomendaciones:

- Visitar al dentista dos veces al año.
- Mantener una correcta higiene oral para disminuir el riesgo de caries y enfermedad periodontal.
- Actuar como ejemplo y modelo a seguir para los más pequeños en higiene oral y dieta.
- Seguir las indicaciones del odontólogo en cuanto al dentífrico en niños de 0 a 2 años y, en adelante, utilizar pastas con una concentración de flúor adaptada a su edad.
- Colocar la cantidad equivalente a un grano de arroz o guisante y supervisar el cepillado.
- Evitar el consumo de tabaco en el hogar.

## **Fomentando la salud oral entre los más pequeños**

En el marco de la celebración de este día, el Colegio y su Fundación participarán en la Feria del Día Mundial de la Infancia, que organiza la Comunidad de Madrid el 24 y el 25 de noviembre en el Pabellón de Cristal de los Recintos Feriales de la Casa de Campo. En ella se llevarán a cabo talleres, teatros y actividades infantiles para fomentar la salud bucodental entre los niños.

## **Sobre COEM**

El Colegio de Odontólogos y Estomatólogos de la 1ª Región (COEM), fundado en el año 1930, es una Corporación de Derecho Público con personalidad jurídica propia y plena capacidad para el cumplimiento de sus fines, que se rige por la Ley de Colegios Profesionales y por sus propios Estatutos. El ámbito territorial del Colegio comprende la Comunidad de Madrid y las provincias de Ávila, Ciudad Real, Cuenca,

Guadalajara, Toledo. Desde 2015 tiene su sede social en el número 38 de la calle Mauricio Legendre, en Madrid. Actualmente cuenta con más de 9.200 colegiados.



**Más información:**

**Cariotipo MH5**

Tel.: 914 111 347

Renny Núñez - [rnunez@cariotipomh5.com](mailto:rnunez@cariotipomh5.com)

Inés Fdez. de Betoño - [ifernandez@cariotipomh5.com](mailto:ifernandez@cariotipomh5.com)

**COEM**

Nuria Velasco Sanz

Tel.: 91 561 29 05

e-mail: [nuria.velasco@coem.org.es](mailto:nuria.velasco@coem.org.es)

---

<sup>1</sup> ESTADO DE SALUD BUCODENTAL EN LA COMUNIDAD DE MADRID 2015/2016. Disponible en:  
<file:///C:/Users/ifernandez/Desktop/BVCM017954.pdf>