



# Súper Nota

**Nombre del alumno (a):** José Manuel Álvarez Camacho

**Nombre del tema:** Salud bucal en niños

**Parcial:** 1

**Nombre de la Materia:** Fundamentos de enfermería III

**Nombre del profesor:** L.E Cecilia de la Cruz Sánchez

**Nombre de la Licenciatura:** licenciatura en enfermería

**Cuatrimestre:** 3ro

Pichucalco Chiapas a 25 de mayo

## ¿Que es la salud bucal?

Es el bienestar de los dientes, encías y toda la boca, esto es fundamental desde los primeros años de vida y esto influye directamente a una correcta higiene.



## ¿Por qué es importante tener una buena higiene bucal?

Por que funciona como un escudo protector y previene a futuro el riesgo de enfermedades.

## Que problemas causa una mala higiene:

- Caries dental.
- Periodontitis.
- Gingivitis.
- Noma.
- Cáncer bucal.

## Hábitos para lograr una buena higiene:

- Usar cepillos con cabeza pequeña y cerdas suaves .
- Cepillar los dientes al menos dos veces al día.
- Usar pasta flourada de mas de 1000 partes de flúor.
- El cepillado debe ser realizado por un adulto.
- El lavado debe de durar de dos a tres minutos.
- Cambiar los cepillos cada tres meses.
- En caso de estar enfermos cambiar los cepillos, por que pueden quedar bacterias o gérmenes.
- Tener una buena alimentación.
- Usar hilo dental a partir de los dos años en adelante.



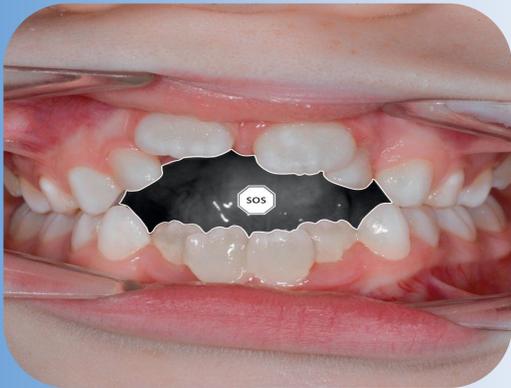
## Hábitos alimenticios para favorecer la higiene bucal:

- Limitar el consumo de caramelos altos en azúcares.
- Eliminar el consumo de chicle masticable.
- Evitar tomar bebidas altas en azúcares.
- Evitar el consumo de chocolate.
- Evitar el consumo de gomas acidas.
- Limitar el consumo de helados altos en azúcares.



## Consecuencias que provocan los chupetes:

- Se forma una mordida mal alineada que es común en niños que todavía usan los chupetes mas de los cuatros años .
- El uso prolongado mas de seis horas al día y mas allá de los dos años, puede hacer que los dientes se desvíen de la posición normal .
- Los dientes de adelante se pueden inclinar hacia adentro.



## Técnica adecuada para el cepillado:

- Poner en contacto los dientes de la arcada superior e inferior.
- Comenzar hacer movimientos en circulo con el cepillo.
- Recorrer toda la arcada haciendo movimientos circulares de derecha a izquierda o viceversa.

- Llevar un orden para limpiar todas las caras de los dientes como es limpiar primero la parte externa ,luego interna.
- Es aconsejable que se cepille la lengua realizando un barrido hacia afuera.
- Hasta los 7 años es recomendable que los padres revisen que la boca allá quedado limpia después del cepillado.



# Salud Bucal En Niños

**Alumno:** José Manuel Álvarez Camacho.

**Teléfono:** 961-580-8348

**Correo:** manuel-beat1406@gmail.com



Para concluir este fue un tema muy importante, por que desde que nacemos o hasta que nos sale nuestro primer diente es bueno que se tenga una revisión para prevenir problemas bucales a futuro, durante esta investigación aprendí algunos conceptos que me pueden ayudar, ya que no sabia cual es su suma importancia o tal vez las pasaba por alto como por ejemplo el tener una mala higiene no puede llevar a tener un cáncer, sin embargo al día de hoy como ciudadanía nos falta que nos orienten que nos den educación de la salud para que podamos estar listo, estos tipos de información faltan que lleguen a comunidades las cuales son las que están mas retiradas lejos de la ciudad, pueblos y en este tipo de zona nos encontramos con personas ignorantes, analfabetas que no tienen la idea de como cuidarse, luego se enferman terminan en cama sin saber por que, sin haber tenido una revisión, otro punto muy importante es me llamo la atención es de que si estamos enfermos hay que cambiar de cepillo ya que puede ser la causa por que nos enfermamos y puede que nos hagamos la pregunta de ¿que tiene que ver el cepillo si nos enfermamos? Bueno el cepillo todos los días pasa por nuestra cavidad bucal y es un lugar donde se encuentra la mayoría de los gérmenes, otra los cepillos los guardamos dentro del baño donde es una zona humedad que es lugar perfecto para que los hongos se puedan reproducir así como tener bacterias otra seria de que al momento de bajar las palanca del baño, se liberan microorganismos de heces fecales y pueden llegar a parar al cepillo. Esto puede ser un riesgo para un niño ya que su organismo no esta tan fuerte y no podríamos saber de que esta enfermo.

Como ultimo punto igual es de suma importancia de llevar los niños a los dentistas para chequeos que todo venga en orden, como ejemplo me pongo a mi que no tengo esa culpa de revisarme los dientes si están bien o mal así sea que tengo caries; ¿Por qué? Por que es algo que a mi no me enseñaron al cien por ciento de como cuidarme y muchos menos saben que problemas graves puede traer. Espero este trabajo sea de mucha ayuda para concientizar a futuros papas y para los que ya son, asi como esta información pueda ser repartida a los lugares mas remotos por su atención y dedicación de regalarme su tiempo para leer esto les doy las gracias.

## *Referencias*

*Camilla, D. C. (2024). La importancia de una buena salud bucal en niños. Chile: Clínica Universidad de los Andes.*

*Ulloa, E. E. (Jun 13, 2024). Salud bucal: ¿Qué es, por qué es importante y cómo cuidarla? Equipo editorial dentalia.*