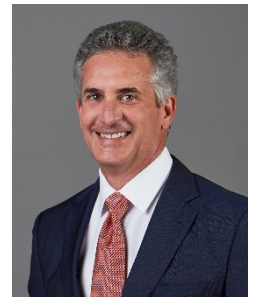




### **Preguntas para nuestro experto: El presidente de AAPD y dentista pediátrico Dr. Joe Castellano**

*El presidente de AAPD, el Dr. Castellano, analiza los resultados de una nueva encuesta realizada en nombre de la AAPD que muestra brechas en el conocimiento de la salud oral entre padres y cuidadores. Lea más en esta encuesta reciente [aquí](#).*

**La encuesta reveló que, si bien la mayoría de los padres y cuidadores respondieron que la salud oral de su hijo era una prioridad, muchos no llevan a sus hijos al dentista antes de su primer cumpleaños, como lo recomienda la AAPD. ¿Puede darnos alguna idea de esta inconsistencia?**



Es genial saber que la gran mayoría de los padres y cuidadores entienden que la atención de la salud oral es vital para la salud general de sus hijos, y ese es un primer paso importante. Sin embargo, eso no significa necesariamente que sepan qué hacer para asegurarse de que estén cuidando los dientes de sus niños. Especialmente para padres y cuidadores primerizos, hay tanto que aprender con su primer bebé que la importancia de establecer un Hogar Dental a la edad de 1 año puede perderse en la confusión. Si hay tan solo un mensaje que podría decirles a esas nuevas mamás y papás, sería llevar a su hijo a un dentista pediátrico antes de cumplir el primer año, porque pone su pequeño en buen camino para una vida llena de sonrisas saludables.

**Muchos padres y cuidadores encuestados declararon que un dolor de dientes no es una dolencia grave. ¿Qué le diría a esos padres y cuidadores sobre la gravedad de un dolor de dientes?**

Los dolores de dientes, al igual que los dolores de cabeza o la fiebre, no deben ignorarse. No importa su edad, y especialmente en niños pequeños, los dolores de muelas son a menudo la primera señal de advertencia de que algo se está gestando. Los dolores de dientes pueden ser indicadores de caries tempranas o infección, así que no ignore el dolor de muelas de su niño, y haga una cita con su dentista pediátrico lo más pronto posible.

**Los encuestados tenían una comprensión mixta de lo que son alimentos saludables para los dientes de los niños. Casi la mitad de los padres creían que las bolsitas de frutas en puré son una gran opción. ¿Puede decirnos por qué este no es el caso y compartir algunos de sus meriendas sanas y preferidos para los dientes?**

Puede ser sorprendente para muchos, ¡pero la fruta en puré es en realidad uno de las meriendas menos saludables para los dientes de sus hijos! Las bolsitas de puré de frutas, junto con las barras de granola, tienen azúcares concentrados que se adhieren a los surcos en los dientes pequeños, lo que aumenta la tasa de posibles caries. En cambio, cuando llega la hora de la merienda, le recomiendo que se quede con

zanahorias y queso para tener una opción más saludable, ya que estos ayudan a producir saliva y son neutralizadores de ácido naturales para la boca de un niño.

**Solo alrededor de la mitad de los padres y cuidadores encuestados con niños entre 4 y 7 años ayudan a sus hijos a lavarse los dientes. ¿Por qué es importante ayudar a los niños a esa edad a lavarse los dientes?**

A una edad temprana, las habilidades motoras finas de los niños aún no se han desarrollado completamente, por lo que aún necesitan ayuda para asegurarse de que están haciendo un buen trabajo al cepillarse los dientes. La capacidad de atar los zapatos actúa como un indicador de cuando los niños pueden comenzar a cepillarse los dientes sin supervisión, que generalmente es entre las edades de 7 y 8. Por supuesto, deje que los niños experimenten con su independencia dándoles la oportunidad de cepillarse solo, pero hacer que un adulto haga un "barrido" al final. Los padres y los cuidadores también pueden ayudar a que el cepillado sea divertido: permítales elegir un cepillo de dientes y una pasta de dientes de su elección, y para los más pequeños, cante una canción favorita mientras se cepillan. Es importante recordar que debe cepillarse y usar hilo dental durante dos minutos, dos veces al día.

**Joe B. Castellano, D.D.S.**

El Dr. Joe Castellano es socio en una práctica privada en Laredo, Texas. Se graduó de la División Dental de la Universidad de Texas en Houston y completó su residencia de un año en odontología general avanzada y más tarde una residencia de dos años para especializarse en el campo de la odontología pediátrica. Ambas residencias se completaron en el Centro de Ciencias de la Salud de la Universidad de Texas en San Antonio. El Dr. Castellano está diplomado y es profesor asistente clínico del Departamento de Odontología del Desarrollo de la Facultad de Odontología de UTHSC-SA. También se graduó del AAPD Leadership Institute y del AAPD Advanced Leadership Institute. El Dr. Castellano es miembro del American College of Dentists.