



## Salud bucal para niños y adolescentes:

# ¿Cómo puede ayudar?

La salud bucal es una parte importante del bienestar general. Las caries afectan a los niños y adolescentes en los Estados Unidos más que cualquier otra enfermedad crónica. Las caries que no se tratan causan dolor e infecciones que pueden provocar problemas para comer, hablar o jugar.<sup>1</sup> También pueden causar problemas de atención en el aula, malas calificaciones y menores logros académicos. Las caries o la pérdida de dientes pueden causar vergüenza, baja autoestima y aislamiento social.<sup>2</sup> La buena noticia es que las caries y otros problemas de salud bucal se pueden prevenir. La combinación de selladores dentales y fluoruro tiene el potencial de prácticamente eliminar las caries en los niños de edad escolar y los adolescentes.<sup>3</sup> Algunas escuelas proveen evaluaciones dentales y puede que también suministren selladores, un recubrimiento plástico protector que puede ayudar a prevenir las caries.

Saber las respuestas de las siguientes preguntas puede ayudarlo a apoyar lo que está haciendo la escuela de su hijo para abordar la salud dental. Si no sabe las respuestas, consulte el manual de la escuela o su sitio web, asista a una reunión de bienestar escolar o a una reunión de la Asociación de Padres y Maestros (PTA, por sus siglas en inglés), o simplemente pregúntele al maestro de su hijo.

### ¿Qué está pasando en la escuela?

1. ¿Hay en la escuela una enfermera titulada de tiempo completo, en todo momento, o un centro de salud para ayudar a los estudiantes con afecciones crónicas o problemas dentales, o en casos de emergencia?
2. ¿Existe un programa que provea selladores en la escuela misma?
3. ¿Hay una clínica dental móvil que vaya a la escuela?
4. ¿Existe un proceso de remisión para los estudiantes con necesidades adicionales de salud dental o bucal?
5. ¿Se enseña sobre la salud dental en las clases de salud?
6. ¿Tiene la escuela o el distrito una política de prevención del acoso escolar?
7. ¿Premian los maestros a los estudiantes con cosas que no sean alimentos ni bebidas?
8. ¿Tienen los estudiantes acceso directo a agua para beber limpia y gratuita durante la jornada escolar, como una alternativa saludable a las bebidas endulzadas con azúcar?





## Ideas para padres

Usted puede participar en la escuela de su hijo **asistiendo** a las reuniones, talleres o eventos de capacitación que allí se ofrezcan; **comunicándose** con el personal escolar y otros padres; **ofreciéndose como voluntario** para eventos escolares o en el aula de su hijo; **reforzando** los mensajes y las prácticas saludables que su hijo aprenda en la escuela; **ayudando** a tomar decisiones sobre la salud en la escuela; y **participando** en las actividades comunitarias apoyadas por la escuela. Estas son algunas ideas específicas sobre cómo puede apoyar lo que está haciendo la escuela de su hijo para abordar la salud bucal.

- Aliente a su hijo a que coma regularmente comidas nutritivas y que evite los refrigerios entre comidas tanto en la casa como en la escuela.
- Aliente a su hijo a que tome agua en lugar de bebidas endulzadas con azúcar tanto en la casa como en la escuela.
- Cada 6 meses, lleve a su hijo al dentista para las limpiezas y los exámenes de salud bucal de rutina, y hable con el personal de servicios de salud escolar si algo lo preocupa.
- Pregúntele al dentista de su hijo sobre los selladores dentales, que pueden proteger los dientes contra las caries, y siga sus recomendaciones para el cepillado de dientes.
- Únase a grupos que se ocupan de abordar lo que es necesario para tener un entorno escolar saludable y

que brinde apoyo, como la Asociación de Padres y Maestros, el comité de bienestar escolar o el consejo asesor de salud escolar.<sup>4</sup> Pida información sobre el programa de estudios correspondiente a las clases de salud de los estudiantes.

- Pregúntele a la enfermera escolar o a otros miembros del equipo de servicios de salud sobre los recursos disponibles en su comunidad para la atención dental, tanto para usted como para su familia.
- Aliente a los profesionales dentales de su área a que ofrezcan servicios voluntarios en las escuelas locales.
- Cuando sea posible, comparta sitios web o materiales impresos con información científica sobre la salud bucal con maestros, enfermeras y administradores (p. ej., <https://www.cdc.gov/healthyschools/npao/oralhealth.htm>).



Consulte recursos adicionales para padres relacionados con el entorno y los servicios de nutrición escolar, educación física y actividad física, así como con el manejo de afecciones crónicas de salud en [http://www.cdc.gov/healthyschools/parentsforhealthyschools/p4hs\\_esp.htm](http://www.cdc.gov/healthyschools/parentsforhealthyschools/p4hs_esp.htm).

## REFERENCIAS

1. US Dept of Health and Human Services. *Oral Health in America: A Report of the Surgeon General*. Rockville, MD: US Dept of Health and Human Services, National Institute of Dental and Craniofacial Research, National Institutes of Health, 2000.
2. Guarnizo-Herreño CC, Wehby GL. Children's dental health, school performance, and psychosocial well-being. *J Pediatr*. 2012;161:1153-1159.
3. Gooch BF, Griffin SO, Gray SK, Kohn WG, et al. Preventing dental caries through school-based sealant programs: updated recommendations and reviews of evidence. *JADA*. 2009;140:1356-1365.
4. Centers for Disease Control and Prevention. *Parent Engagement: Strategies for Involving Parents in School Health*. Atlanta: US Dept of Health and Human Services; 2012.

