



# Repaso sobre la salud oral

Marzo de 2015

¿Lo sabía?

- **Niños con trastorno del espectro autista (ASD)**
  - **ASD y salud oral**
  - **Estrategias para el cepillado dental que el personal de Head Start puede compartir con los padres**
  - **Rincón culinario: galletitas con fruta y queso**
- El ASD ocurre en todos los grupos raciales, étnicos y de ingresos.
  - Alrededor de uno de cada 68 niños tiene ASD.
  - El ASD es cuatro a cinco veces más común entre niños que entre niñas.

## Niños con trastorno del espectro autista

El trastorno del espectro autista (ASD) es un grupo de discapacidades vinculadas con el desarrollo que pueden causar importantes desafíos sociales, de comunicación y conductuales. Los síntomas de ASD por lo general aparecen hacia los dos años de edad. Algunas personas tienen ASD leve y pueden ser muy independientes. Otras personas con ASD necesitan supervisión y cuidado especializados.



En este número de Repaso Sobre la Salud Oral se describen problemas de salud oral clave que los niños con ASD encaran; asimismo, se ofrecen consejos para ayudar a los padres y al personal de Head Start a mantener la salud oral de niños con ASD. También se incluye una receta para un refrigerio saludable que puede hacerse en el salón de clases de Head Start o en el hogar.

## ASD y salud oral

Los niños con ASD necesitan la misma clase de cuidado de la salud oral que los que no lo padecen. Sin embargo, los niños con ASD pueden tener problemas que los colocan en riesgo alto de problemas de la salud oral. Algunos problemas comunes son:

- **Hábitos orales.** Los niños con ASD pueden tener conductas que causan problemas de la salud oral. Estos incluyen rechinar los dientes, hurgar en el tejido de las encías o morderse los labios, y comer artículos que no son alimentos, como hielo, arcilla, gis, tierra, arena, o bolígrafos. (Vea el número de [mayo de 2014](#) de *Repaso Sobre la Salud Oral* para obtener más información acerca de los hábitos orales.)
- **Frecuencia de consumo de refrigerios.** A menudo, la buena conducta de los niños con ASD es recompensada frecuentemente durante el día con refrigerios y golosinas. Esto

coloca a los niños con ASD en riesgo alto de presentar caries dental. (Vea el número de [mayo de 2013](#) de *Repaso Sobre la Salud Oral* para obtener más información acerca del consumo frecuente de refrigerios.)

- **Otras enfermedades y discapacidades.** Los niños con ASD pueden tener crisis convulsivas o caerse con frecuencia, lo que puede hacer que los dientes se quiebren. Otros problemas de salud pueden hacer necesario que tomen medicina que tiene azúcar añadido, hace que la boca se seque, y/o aumenta el tamaño del tejido de las encías. Estas medicinas incrementan el riesgo de aparición de caries dental, y causan enfermedad de las encías. (Vea el número de [julio de 2013](#) de *Repaso Sobre la Salud Oral* para obtener más información sobre niños con discapacidades.)

## Estrategias para el cepillado dental que el personal de Head Start puede compartir con los padres



- **Obtener ayuda.** Trabaje con un terapeuta ocupacional o un especialista conductual para obtener ideas para hacer del cepillado dental una buena experiencia y para que el niño no sienta molestia.
- **Hacer que el niño se sienta cómodo.** Ofrezca al niño una selección de cepillos de cerdas suaves, de diferentes colores y formas, hechos para niños. También puede ofrecer diferentes sabores o texturas de dentífrico con flúor. Deje que el niño elija el cepillo dental y la pasta de dientes. Asimismo, procure hacer que el baño sea un lugar confortable para cepillarse. Esto podría incluir usar una lámpara de mesa para disminuir la iluminación en el baño, o un aparato que genere ruido blanco para bloquear los ruidos que pueden molestar al niño.
- **Avanzar poco a poco.** Introduzca gradualmente el cepillado dental para desensibilizar al niño respecto al proceso. Empiece por tocar los labios del niño con el cepillo dental. Con el tiempo, ponga el cepillo dental dentro de la boca del niño, en los dientes delanteros, y después en los posteriores.
- **Decir-mostrar-hacer.** Diga al niño cómo se cepillan los dientes. Después, el padre o la madre se cepilla los dientes con dentífrico con flúor (mostrar). A continuación el padre o la madre cepilla los dientes del niño con dentífrico con flúor (hacer).
- **Separar el cepillado de dientes hacia pasos.** Fragmente la tarea en pasos. Enseñe cada paso por separado. Dé al niño recompensas que no sean alimento a medida que aprende cada paso. Las recompensas podrían ser chocar los cinco, o un abrazo, después de que se completa cada paso.
- **Usar historias sociales.** Use imágenes para mostrar el orden en el cual ocurre cada paso. A medida que se realiza cada paso, haga una verificación mediante la imagen, o dé vuelta a la página. Los marcos con imágenes digitales o las tabletas cronometradas para que desplieguen cada fotografía durante varios segundos pueden ser herramientas útiles para mostrar historias sociales.
- **Usar un temporizador.** Ajuste un temporizador para ayudar al niño a entender durante cuánto tiempo cepillarse. Los temporizadores en forma de huevo y los cronómetros funcionan bien.

Además de cepillado con dentífrico con flúor, anime a los padres a dar a su hijo agua fluorada (del grifo en Estados Unidos) para beber, a programar citas dentales regulares, a que hagan saber al personal del consultorio dental que el niño tiene ASD, y a que pregunten al personal del consultorio dental acerca de tratamientos con flúor. (Vea los números de [abril de 2013](#) y de [junio de 2014](#) de Repaso Sobre la Salud Oral para obtener más información acerca del flúor).

*Sonrisas Saludables para Autismo: Consejos de Higiene Oral para Niños con Trastorno del Espectro Autista* ([Healthy Smiles for Autism: Oral Hygiene Tips for Children with Autism Spectrum Disorder](#) [Todos sólo en inglés]), del Museo Nacional de Odontología (National Museum of Dentistry), ofrece estrategias y recursos adicionales para ayudar a niños que tienen ASD a llegar a sentirse cómodos con el cepillado dental y las visitas al dentista. *Cuidado Oral Práctico para Personas con Autismo* ([Practical Oral Care for People with Autism](#)) y *Cuidado Dental Cotidiano: una Guía para el Cuidador* ([Dental Care Every Day: A Caregiver's Guide](#)), del Instituto Nacional de Investigación Dental y Craneofacial (National Institute for Dental and Craniofacial Research), proporcionan más información sobre problemas de salud oral y estrategias de cepillado dental para niños con ASD. En el número de [enero de 2015](#) de *Repaso Sobre la Salud Oral* también se proporcionan consejos para compartir con padres de niños que tienen discapacidades sobre cómo encontrar una clínica dental y hablar con el equipo dental.

## Rincón culinario: galletitas con fruta y queso

He aquí un refrigerio saludable y delicioso que los niños pueden hacer como un proyecto de clase o en el hogar con su familia.

### Ingredientes

Galletitas de trigo integral  
Queso crema bajo en grasa  
Fresas, cortadas en pedazos pequeños  
Kiwi, mondado y cortado en medios círculos



### Instrucciones

1. Unte queso crema sobre la galletita.
2. Ponga medio círculo de kiwi arriba del queso crema.
3. Ponga un pedazo de fresa arriba del kiwi.

**Consejo de seguridad:** un adulto debe rebanar los ingredientes.

## Póngase en contacto con nosotros

Este boletín fue publicado originalmente en 2015 y ha sido traducido al español por el Centro Nacional de Salud y Bienestar en la Primera Infancia. El Centro Nacional de Salud y Bienestar en la Primera Infancia agradece sus comentarios sobre este número del boletín, así como sus sugerencias sobre temas para números futuros. Envíe sus comentarios a [health@ecetta.info](mailto:health@ecetta.info) o llame al 866-763-6481. Suscríbase o vea todos los números de [Repaso sobre la Salud Oral](#) en el Centro de Aprendizaje y Conocimiento en la Primera Infancia. Este boletín fue elaborado por el Centro Nacional de Salud y Bienestar en la Primera Infancia con fondos de la subvención #90HC0013 para el Departamento de Salud y Servicios Humanos de EE. UU., Administración para Niños y Familias, Oficina Nacional de Head Start, Office of Child Care, y la Administración de Recursos y Servicios de Salud, Oficina de Salud Materno-Infantil. Este recurso puede duplicarse sin permiso para usos no comerciales. Esta publicación es del dominio público, y ningún derecho de autor puede ser reclamado por personas u organizaciones.

***¡La preparación para la escuela empieza con la salud!***