



# Póngase al día con la salud oral

## Cómo hablar con los niños acerca de las visitas dentales

Es comprensible que los niños a veces se pongan nerviosos en sus primeras visitas al dentista. Ir a la clínica o consultorio dental es una experiencia nueva y desconocida para ellos. Para los niños pequeños que aún no están acostumbrados al cuidado de la salud oral, ir a examinarse los dientes y la boca puede parecer algo intrusivo. Lo que los niños pequeños escuchan sobre las visitas dentales afecta la idea que se hacen de su próxima visita. Si se les dice que podrían suceder cosas malas durante una visita al dentista, pueden sentir miedo.



## Consejos para que el personal de Head Start comparta con los padres para preparar a los niños para las visitas dentales

Siga estos consejos para preparar a los niños para las visitas al dentista:

- **Sea positivo.** Para la mayoría de los niños, las visitas dentales son fáciles y no provocan dolor. Sugiera a los padres que hagan comentarios positivos sobre lo que sucederá durante la visita al dentista. Por ejemplo: “El dentista va a ver lo bien que te estás cuidando los dientes” o “Cuando salgas del consultorio dental, tus dientes estarán limpios y lindos.”
- **Dé explicaciones breves y simples.** Aconséjeles a los padres que si los niños preguntan qué sucederá durante la visita al dentista, den una respuesta corta y simple. Por ejemplo, los padres pueden decir: “El higienista dental contará cuántos dientes tienes”. Compartir demasiada información sobre las visitas dentales puede confundir y preocupar a los niños.
- **No mencione las inyecciones ni las probabilidades de sentir dolor.** A muchos niños les preocupa tener que ponerse inyecciones o que les perforen los dientes durante una visita al dentista. Los proveedores de salud oral usan un “jugo somnífero” para adormecer las encías antes de administrar una inyección, por lo que el niño apenas lo siente. Si el niño pregunta si le pondrán una inyección, una buena respuesta para que los padres le den es: “No lo sé, pero podemos preguntarle al dentista o al higienista dental.”
- **Dígales a los padres que no exterioricen sus miedos.** Si los padres tienen temores a las visitas dentales, dígales que no compartan sus sentimientos con su hijo. Escuchar hablar

sobre los temores de los adultos también puede hacer que los niños tengan miedo de las visitas dentales.

- **Dramaticen una visita al dentista y al higienista dental.** Dígales a los padres que les pidan a los niños que se disfracen y finjan que son dentistas o higienistas dentales. Los niños pueden usar camisas blancas como si fueran batas, servilletas de papel como baberos para los pacientes y filtros de café con hilos como mascarillas. Aconseje a los padres que dejen que los niños finjan examinar y contar los dientes de sus padres, hermanas o hermanos.
- **Lean libros o vean videos juntos.** Anime a los padres a usar libros y videos apropiados para la edad del niño sobre las visitas dentales. Recuérdeles a los padres que deben mirarlos primero antes de leerlos o verlos con su hijo. No se deben usar libros y videos con palabras como daño, dolor, inyección, perforación o cualquier otra palabra que pueda asustar a los niños. Dígales a los padres que le pidan a un bibliotecario, dentista, higienista dental o experto en educación de la primera infancia que sugiera uno o dos buenos libros y videos sobre visitas dentales.
  - La página web de [salud bucal](#) de [Sesame Street en las comunidades](#) tiene juegos, videos y más que se pueden usar para hablar con los niños antes y durante una visita al dentista.
- **Haga que las visitas al dentista sean divertidas.** Anime a los padres a que los niños lleven un peluche o manta favorita a la visita al dentista. Deje que los niños usen un atuendo o disfraz especial para la visita. Además, sugiéralos a los padres que planifiquen una actividad divertida después de la visita.



Este documento cuenta con el apoyo de la Administración para Niños y Familias (ACF, sigla en inglés) del Departamento de Salud y Servicios Humanos (HHS, sigla en inglés) de los Estados Unidos (EE. UU.) como parte de una adjudicación de ayuda financiera por un total de \$7,582,500 con el 97 % financiado por la ACF y el 3 % por la Administración de Recursos y Servicios de Salud (HRSA, sigla en inglés) del HHS de los EE.UU. El contenido pertenece al/los autor(es) y no refleja necesariamente las opiniones oficiales ni implica un respaldo de la ACF/el HHS ni del Gobierno de los Estados Unidos. Este recurso puede ser reproducido para usos no comerciales sin permiso.



ADMINISTRATION FOR  
**CHILDREN & FAMILIES**



National Center on

Health, Behavioral Health, and Safety