



Repasa sobre la salud oral

Febrero 2019

- **Lesiones orales**
 - **Suministros de primeros auxilios para responder a las lesiones orales**
 - **Dar primeros auxilios para lesiones orales**
- **Rincón del cocinero: Corazones de yogurt congelado**

¿Sabía usted?

- Las lesiones orales pueden verse peor de lo que son porque, con frecuencia, sangran mucho.
- Los dientes frontales superiores de su hijo son los que se lesionan con mayor frecuencia.



Lesiones orales

Las lesiones en la cabeza, la cara y la boca son comunes en los niños pequeños. Los padres y el personal de Head Start desempeñan una función importante en la prevención de lesiones orales. Consulte el número de *Brush Up on Oral Health* de [Abril de 2017](#) para obtener más información sobre la prevención de estas lesiones. Sin embargo, incluso cuando los padres y el personal hacen todo lo posible para mantener a los niños seguros, pueden producirse lesiones orales.

Este número identifica los suministros que se deben incluir en un botiquín de primeros auxilios para tratar lesiones orales. También explica cómo dar primeros auxilios para las cinco lesiones orales más comunes producidas en niños pequeños con dientes primarios (bebés). También se incluye una receta para un refrigerio saludable que se puede preparar en el aula de

Head Start o en el hogar.

Suministros de primeros auxilios para responder a las lesiones orales

Es importante que los botiquines de primeros auxilios en los programas de Head Start tengan suministros para responder a las lesiones orales. Los elementos que se deben incluir son:

- Instrucciones sobre cómo evaluar y brindar primeros auxilios para las lesiones orales.
- Guantes sin látex para usar mientras se inspecciona o limpia el área lesionada.
- Gasa y hisopos de algodón limpios para detener el sangrado y limpiar el área lesionada.
- Hilo dental para retirar cualquier cosa atrapada entre los dientes para aliviar el dolor oral.

- Paño limpio para envolver hielo y colocarlo en el área lesionada, a fin de reducir la hinchazón.
- Bolsas de plástico para desechar residuos biológicos, como gasas o guantes empapados en sangre.
- Número de teléfono del dentista del niño en caso de una emergencia dental, como un diente golpeado o metido en la encía.
- Los números de teléfono del servicio médico de emergencia (EMS) (911 o 9-911) en caso de una emergencia médica, como cuando un niño está inconsciente, tiene problemas para respirar o tiene un sangrado que no se puede detener.



Dar primeros auxilios para lesiones orales

Si un niño tiene una lesión oral, mantenga al niño tan calmado como pueda y evalúe el tipo de lesión.

- **Lengua o labio lesionados.** La lengua o los labios lesionados a menudo sangran mucho. Limpie el área lesionada y presione con una gasa o un hisopo de algodón limpios para detener el sangrado. Además, mantenga la cabeza del niño hacia arriba y hacia adelante para evitar que se ahogue. Coloque hielo envuelto en un paño limpio en el área para reducir la hinchazón. Si el sangrado no se detiene después de 30 minutos, comuníquese con los padres del niño y lleve al niño al dentista, al médico o al centro de atención de emergencia más cercano de inmediato.
- **Diente astillado o agrietado.** Si el diente de un niño está astillado o agrietado, contáctese con los padres y el dentista del niño inmediatamente. Una acción rápida puede prevenir infecciones y reducir la cantidad de tratamientos necesarios para reparar el diente. Limpie el área lesionada. Si el niño puede enjuagarse, haga que el niño se enjuague con agua. Presione una gasa o un hisopo de algodón limpios en la encía alrededor del diente para detener el sangrado. Si hay otras lesiones alrededor de la boca, coloque hielo envuelto en un paño limpio sobre el área para reducir la hinchazón.
- **Diente salido por golpe.** Si un diente se sale por un golpe, verifique el historial médico del niño para determinar si es un diente primario o permanente. En general, los dientes permanentes aparecen entre los 6 y los 8 años. Si es un diente primario, contáctese con los padres y el dentista del niño inmediatamente. No intente volver a poner el diente en la boca. Hacer esto puede dañar el diente permanente de abajo. Limpie el área lesionada. Si hay sangrado, haga que el niño muerda una gasa limpia en el área durante 15 a 30 minutos para detenerlo. Si hay otras lesiones alrededor de la boca, coloque hielo envuelto en un paño limpio sobre el área para reducir la hinchazón. Si se sale el diente permanente de un niño, consulte las instrucciones de la Academia Estadounidense de Odontología Pediátrica.
- **El diente flojo, movido o metido en la encía por un golpe.** Si el diente de un niño se aflojó, movió hacia adelante o hacia atrás, o se metió en la encía por un golpe, contáctese con los padres y el dentista del niño inmediatamente. Pregúntele al dentista si el niño necesita ser examinado. Si el niño puede enjuagarse, haga que el niño se enjuague con agua. Presione una gasa o un hisopo de algodón limpios en la encía alrededor del diente para detener el sangrado. Si hay otras lesiones alrededor de la boca, coloque hielo envuelto en un paño limpio sobre el área para reducir la hinchazón.
- **Dolor en los dientes.** Si el niño siente dolor en un diente, es probable que tenga caries. Se debe hacer una cita lo más pronto posible para que un dentista evalúe el problema y lo trate.

Rincón del cocinero: Corazones de yogurt congelado

Aquí hay un refrigerio delicioso y saludable que los niños pueden preparar en un aula de Head Start o en el hogar con sus familias.

Ingredientes

- 1 taza de frutos del bosque frescos o congelados, como moras, arándanos, frambuesas o frutillas
- 1 taza de yogurt natural bajo en grasas

Instrucciones

1. Colocar los frutos del bosque en una licuadora y licuar hasta que estén levemente cortados.
2. Agregar el yogurt y licuar hasta que esté homogéneo.
3. Verter la mezcla en cubeteras con forma de corazón y congelar entre 3 y 4 horas o hasta que esté sólidamente congelado

Rinde 5 porciones

Consejo de seguridad: Un adulto debe supervisar el uso de la licuadora.

Contáctenos

El Centro Nacional de Salud y Bienestar en la Primera Infancia agradece sus comentarios sobre este número, así como sus sugerencias para futuras publicaciones. Por favor, envíe sus comentarios a health@ecetta.info o llame al 866-763-6481.

Suscríbase o vea todos los números de [Brush Up on Oral Health](#) en el Centro de Aprendizaje y Conocimientos de la Primera Infancia.

Este número fue desarrollado con fondos del acuerdo cooperativo #U44MC30806 para el Departamento de Salud y Servicios Humanos de los EE. UU., Administración de Niños y Familias, Oficina de Head Start y Oficina de Cuidado Infantil, y Administración de Servicios y Recursos de la Salud, Oficina de Salud Infantil y Maternal, por el Centro Nacional de Salud y Bienestar en la Primera Infancia. Este recurso puede ser reproducido sin permiso alguno para usos no comerciales. Esta publicación es de dominio público, y ninguna persona u organización puede reclamar derechos de autor.

Autor de la foto: Carissa Rogers | Flickr | CC BY 2.0 (primera foto)



¡La preparación escolar comienza con la salud!



ADMINISTRATION FOR
CHILDREN & FAMILIES



NATIONAL CENTER ON
Early Childhood Health and Wellness