

## Cuando se Produce la Dentición <sup>1</sup>

A la mayoría de los bebés les salen los dientes entre los 6 y los 12 meses. Normalmente, los primeros dientes que salen son los delanteros inferiores (los incisivos centrales inferiores) y la mayoría de los niños suelen tener todos los dientes de leche a los 3 años. Todo ese babeo alrededor de los 3 meses no significa necesariamente que les estén saliendo los dientes.

## Porqué son Importantes los Dientes de Bebé<sup>2</sup>

1. Importantes para la salud y el desarrollo del niño.
2. Ayudan al niño a masticar, hablar y sonreír.
3. Mantienen el espacio en la mandíbula para los dientes permanentes (sin ellos, los dientes permanentes pueden desviarse hacia el espacio vacío dificultando que otros dientes adultos encuentren sitio).
4. Sin ellos, los dientes crecerán torcidos o apiñados.

## Síntomas de la Dentición<sup>3,4</sup>

- Fiebre - pueden tener un aumento muy ligero de la temperatura a medida que salen los dientes
- Inquietud
- Dificultad para dormir
- Pérdida de apetito
- Babeo más de lo habitual

## La Dentición y El Amamantamiento

Si le estás dando el pecho y a tu bebé no le interesa un juguete para la dentición, sino masticar tus pezones o tus brazos, sobre todo en el momento de la toma, **masajea sus encías con los dedos mojados en agua fría antes de empezar a darle el pecho. Cuando el bebé toma el pecho**, su lengua se extiende más allá de la encía inferior para atraer el pezón. Esto ayuda a proteger el pezón de los bordes de los nuevos dientes de leche.

### Antes de Amamantar:<sup>4</sup>

Ofrece técnicas calmantes para dormecer

### Durante el Amamantamiento:<sup>4</sup>

- Prueba diferentes posiciones para cambiar los puntos de presión
- ¡Actúa rápido! Observa la mandíbula del bebé y retírala antes de que pueda morder
- Interrumpe la succión si el bebé se pone inquieto.
- Utiliza una palabra clave, como "no morder", cuando rompas la succión para enseñar al bebé a no morder.
- Si el bebé muerde, rompe la succión y dale el mordedor o la toallita húmeda para que la muerda

### Después de Amamantar:<sup>4</sup>

Evitar biberones y chupetes ya que estos no protestan si se muerden o mastican

## Qué Hacer para el Alivio<sup>7</sup>

- Deja que tu bebé roa tus dedos (si aún no le han salido los dientes) o frótale las encías con tus dedos limpios para reconfortarle
- Juguetes para la dentición refrigerados en la nevera o el congelador
- Fruta congelada (para bebés mayores de 6 meses)
- Deja que el bebé muerda un calcetín de algodón enrollado o una toallita

- Masajear o frotar suavemente con el dedo o el nudillo
- Mantén la rutina habitual a la hora de dormir<sup>8</sup>
- **Cepilla los dientes de tu bebé en cuanto aparezcan**

## Qué No Hacer para el Alivio<sup>10,11</sup>

- Los collares, pulseras y cuentas de dentición pueden suponer un riesgo de asfixia y estrangulamiento
- **Los mordedores de plástico con líquido podrían acumular bacterias en el líquido, y los bebés podrían morderlo**
- Los medicamentos no son muy útiles porque el babeo los elimina<sup>12</sup>
- **La FDA recomienda a los padres no utilizar productos con benzocaína en niños menores de dos años**

Los recursos incluyen:

1. MiMaggio MD, FAAP, Dina; Cernigliaro DMD, Julie; "Baby's First Tooth: 7 Facts Parents Should Know", 2016, updated 11/19/2020, American Academy of Pediatrics, <https://www.healthychildren.org/English/ages-stages/baby/teething-tooth-care/Pages/Babys-First-Tooth-Facts-Parents-Should-Know.aspx>, accessed 12/1/21
2. American Dental Association, "Baby Teeth", Mouth Healthy, <https://www.mouthhealthy.org/en/az-topics/b/baby-teeth>, accessed 12/1/21
3. American Academy of Pediatrics, "Baby Teething Pain," 12/20/2018, <https://www.healthychildren.org/English/ages-stages/baby/teething-tooth-care/Pages/Teething-Pain.aspx>, accessed 12/1/21
4. American Dental Association, "Teething", Mouth Healthy, <https://www.mouthhealthy.org/en/az-topics/t/teething>, accessed 12/1/21
5. Swanson, MD, MBE, FAAP, Wendy Sue, "How to Help Teething Symptoms without Medications/Massage", American Academy of Pediatrics, 3/27/2014, <https://www.healthychildren.org/English/ages-stages/baby/teething-tooth-care/Pages/How-to-Help-Teething-Symptoms-without-Medications.aspx>
6. Le Leche League, "Can I Keep breastfeeding Once My Baby Begins Teething?" The Womanly Art of breastfeeding, 8th Edition, Le Leche League International, 110 Horizon Dr., Suite 210, Raleigh, NC 27615, <https://www.llli.org/breastfeeding-info/teething/>, accessed 12/1/21
7. Swanson, MD, MBE, FAAP, Wendy Sue, "How to Help Teething Symptoms without Medications", American Academy of Pediatrics, 3/27/2014, <https://www.healthychildren.org/English/ages-stages/baby/teething-tooth-care/Pages/How-to-Help-Teething-Symptoms-without-Medications.aspx>, accessed 12/1/21
8. American Academy of Pediatrics, "Baby Teething Pain," 12/20/2018, <https://www.healthychildren.org/English/ages-stages/baby/teething-tooth-care/Pages/Teething-Pain.aspx>, accessed 12/1/21
9. American Academy of Pediatrics, "Teething Necklaces and Beads: A Caution for Parents", 12/20/2018, <https://www.healthychildren.org/English/ages-stages/baby/teething-tooth-care/Pages/Amber-Teething-Necklaces.aspx>, accessed 12/1/2021
10. Swanson, MD, MBE, FAAP, Wendy Sue, "How to Help Teething Symptoms without Medications", American Academy of Pediatrics, 3/27/2014, <https://www.healthychildren.org/English/ages-stages/baby/teething-tooth-care/Pages/How-to-Help-Teething-Symptoms-without-Medications.aspx>
11. American Dental Association, "Teething", Mouth Healthy, <https://www.mouthhealthy.org/en/az-topics/t/teething>, accessed 12/1/21
12. American Academy of Pediatrics, "Baby Teething Pain," 12/20/2018, <https://www.healthychildren.org/English/ages-stages/baby/teething-tooth-care/Pages/Teething-Pain.aspx>, accessed 12/1/21