

Tema de salut bucal	Pauta de recomanació
1. Lactància materna	<ul style="list-style-type: none"> ■ Fomentar la lactància materna exclusiva fins al sisè mes de vida. ■ Desaconsellar la lactància materna nocturna després de l'erupció de la primera dent. ■ Si el nen es queda adormit mentre és alimentat, netejar les seves dents abans de ficar-lo al llit.
2. Ús del biberó	<ul style="list-style-type: none"> ■ Ha d'utilitzar-se només com a vehicle per a la fórmula artificial. Els altres líquids han d'oferir-se en tasses. ■ No agregar cap tipus de sucre o edulcorant. ■ Desaconsellar el biberó nocturn després de l'erupció de les primeres dents. ■ Si el nen es queda adormit mentre és alimentat, netejar les seves dents abans de ficar-lo al llit. ■ El biberó ha d'abandonar-se progressivament a partir dels 12 mesos i definitivament quan erupcionen els queixals.
3. Ús del xumet	<ul style="list-style-type: none"> ■ Ha de ser anatòmic i abandonar-se progressivament a partir dels 12 mesos i definitivament cap als 2 anys.
4. Transmissió bacteriana	<ul style="list-style-type: none"> ■ Evitar la transmissió bacteriana precoç de la saliva de pares o germans a la boca del nen, sobretot els primers 3 anys de vida. ■ Desaconsellar hàbits com: compartir utensilis amb el bebè, netejar el xumet amb la saliva, bufar sobre el menjar o donar petons a la boca.
5. Alimentació cariogènica	<ul style="list-style-type: none"> ■ Evitar tota font de sucres refinats durant els primers 2 anys de vida. Informar i evitar els "sucres ocults" (galetes, pastissos, croissants, suc de caixa, patates fregides en bossa) i sucres de consistència enganxosa. ■ Evitar aliments ensucrats entre menjars.
6. Higiene bucal	<ul style="list-style-type: none"> ■ Abans de l'erupció de les primeres dents, començar amb la higiene bucal 1 cop al dia amb una gasa humida o un didal de silicona. ■ Després de l'erupció de les primeres dents, realitzar la neteja bucodental del bebè 2 cops al dia amb un didal o un raspall dental infantil. ■ Després de l'erupció dels primers queixals, utilitzar un raspall dental infantil. ■ Usar fil dental a partir que hi hagi contacte entre dents. Es poden fer servir "flossers" (posicionadors de fil) per facilitar aquesta tasca. ■ No utilitzar cap pasta dental amb fluor fins que el nen aprengui a escopir. ■ Utilitzar una pasta dental amb 500ppm de fluor per a nens entre 2-3 anys d'edat. Quantitat de pasta equivalent a un pèsol. ■ Entre els 2-6 anys utilitzar una pasta dental amb 1000-1450ppm de fluor. Quantitat de pasta equivalent a un pèsol. ■ Utilitzar pasta amb majors concentracions de fluor (1450ppm) per a nens majors de 6 anys. Quantitat de pasta equivalent a 1-2 cm. ■ La raspallada dental ha de ser realitzada per un adult fins que el nen sigui autònom (mínim fins als 7 anys).
7. Ús de fluor tòpic	<ul style="list-style-type: none"> ■ Segons el nivell de risc, l'edat i la concentració de fluor a l'aigua de consum, es decidirà sobre el tipus d'administració de fluor tòpic i la seva freqüència.
8. Visita a l'odontopediatre	<ul style="list-style-type: none"> ■ El lactant ha de ser visitat per un odontopediatre, durant el primer any, independentment que presenti algun problema o no, ja que la pràctica anirà enfocada a la prevenció, no a la curació.