

A todos nos preocupa la salud de nuestros niños, para poder ayudarle a prepararlo para su primera visita, te compartimos los siguientes consejos:

- **Buscar un dentista especializado en niños**

Lo primero que deberemos hacer es buscar un odontopediatra o dentista especializado en niños. Esto no significa que su dentista de toda la vida no pueda atender a su hijo, pero al llevarlo con alguien especializado, no sólo se asegura de que esté mejor preparado y con la capacitación necesaria para atender a sus hijos, sino que muchos de ellos tienen en su consultorio un ambiente más cálido y amigable, además de contar con la experiencia necesaria para dar un trato amable a los niños.

- **Contarle acerca de la importancia de cuidar sus dientes**

Los niños son mucho más inteligentes de lo que nosotros pensamos, y cuando les explicamos las cosas con calma y palabras sencillas, ellos comprenden y entienden. Antes de llevarlos por primera vez con el odontopediatra, debemos explicarles por qué es importante cuidar sus dientes.

Una forma sencilla de explicarle a su niño(a) para que entienda es: “debemos cuidar nuestros dientes y lavarlos después de comer, así evitamos que se quede comida en ellos, porque de lo contrario pueden aparecer "gusanitos" (bichitos) (bacterias), que dañen nuestros dientes.”

- **Explicarle que el dentista es su amigo**

Además de decirles por qué debemos cuidar nuestros dientes, también tenemos que hablarles acerca del dentista, explicándoles quién es, cómo se llama y qué es lo que hace, para que se vayan familiarizando con él. Es importante mencionarles que el dentista es su amigo y está para ayudarles a cuidar sus dientes.

- **Apoyarte con videos o canciones**

Seguro te has dado cuenta que programas infantiles como la Doctora Juguetes ayudan a los niños a perder el miedo a los médicos y a familiarizarse con ellos. Los niños aprenden muchas cosas a través del juego y las canciones, por lo que se pueden apoyar con vídeos de canciones de YouTube o de programas infantiles que incluyen capítulos en los que sus personajes favoritos acuden al dentista. Hay que poner mucho cuidado en el video que escogemos, evitemos aquellos donde hayan actitudes negativas o llanto, porque pueden producir un efecto no deseado.

- **Evitar hacer comentarios de experiencias negativas propias**

Es importante que los niños comprendan que acudir al dentista es algo positivo y muy necesario para su salud. Por ello, debemos hablar **con toda la familia, abuelitos, tíos u otros familiares que convivan en el núcleo familiar** para evitar comentarios negativos acerca de las visitas al dentista, pues podrías crearles una mala impresión o infundirles miedo.

Nuestros niños son pequeños radares que captan TODO, no mencionemos la visita al dentista frente a ellos, hasta que toda la familia haya entendido que no deben haber comentarios como “Ay pobrecito!”, “¿Por qué? si está muy chiquito(a)”, “Va a llorar”, etc.

- **No estar nerviosos y no caer en él "no pasará/dolerá nada"**

Es cierto que hay que motivar a los niños para que se sientan tranquilos de acudir al dentista, pero es importante no caer en exageraciones o afirmaciones que puedan crearle falsas expectativas.

Si mencionamos la palabra “dolor” o “pinchazo” los niños se alterarán, aunque lo hagamos en sentido negativo “No te va a doler, No te van a poner inyección” producen alteración en el niño, porque lo que va a quedar en su cabeza es la última palabra “doler”, “inyección”.

De igual manera decirle que se porte bien o que no vaya a llorar, le dice al niño(a) que algo va a suceder y que puede hacerle llorar.

La primera experiencia con el consultorio será una experiencia agradable!, como una ida al zoológico o a jugar, nosotros como padres no estamos nerviosos cuando los llevamos a pasear, al contrario estamos alegres y los niños lo sienten, de igual manera que sienten cuando estamos nerviosos y les ocultamos algo.

Si alguno de los padres tiene una mala experiencia con el sillón dental, es conveniente que se agende una cita previa (sin el niño) para conocer la clínica y hablar con el odontopediatra para eliminar la ansiedad y el nerviosismo.

- **Acompañarle en todo momento.**

Cuando llegue el momento de su primera visita al dentista, es muy importante que no nos apartemos de su lado. Recuerda que se encuentra en un ambiente desconocido y con una persona extraña. Usted puede acompañarle y asegurarle que estará con él compartiendo la experiencia.

Es importante no hablarle demasiado, para que pueda escuchar al odontopediatra. Un niño siempre dará prioridad a sus padres, por lo que si todos hablamos al mismo tiempo, el niño no escuchará al profesional, confiemos en la calidad del odontólogo que escogimos para nuestro bebé y dejémosle hacer su trabajo.

- **Ayudarle a que sea una buena experiencia en general**

Los niños son muy perceptivos y se dan cuenta cuando algo nos preocupa o nos agobia a los adultos. Enfócate en hacer de la primera visita al dentista una buena experiencia, resaltando las cosas positivas.

- **No amenazar con llevarle al dentista o al médico.**

Al hacerlo, estás diciendo de forma implícita que es algo negativo o un castigo y no debería ser así. Es importante crear una relación positiva, así que el uso de amenazas cuando hacen algo malo o comen dulces, no es una buena idea.

Fomentar la adopción de buenos hábitos desde niños es algo que evitará problemas en la vida adulta, por lo que prepararlo para su primera visita con el dentista ayudará a comenzar una relación positiva con el sillón dental y su cuidado bucal.

Tel./Fax.:(502) 2334-0526

Emergencias 24 horas

Tel. 56947271

**Edificio Galerías Reforma, Nivel 1,
Oficina 112, Avenida Reforma 8-60
zona 9 Guatemala.**

 **Clínica
OCR**
**Odontología Cosmética
y Restaurativa**
Dr. Servio Interiano

www.clinicaocr.com