

Debemos crear hábitos dietéticos saludables y de higiene oral, que van a redundar en niños sanos y con una menor incidencia de caries dental a lo largo de toda su vida.



CENTRO ODONTOLÓGICO HOSPITAL SAN RAFAEL

Avda. Concha Espina, 32 - 28016 Madrid
hsmadrid.odontologia@sjd.es www.hospitalsanrafael.es

A la vanguardia de la salud dental en Madrid

Primeros 1000 días del bebé

(desde la concepción hasta los 3 años de vida)

¡Reserva ya tu cita! 91 564 99 59

Odontología Infantil: 610 196 568
Odontología Adultos: 610 196 540



Hospital Universitario San Rafael



Orden Hospitalaria de
San Juan de Dios
Provincia de España



Primeros 1000 días del bebé (desde la concepción hasta los 3 años)

270 días del Embarazo + 365 días del 1º año de vida + 365 del 2º año de vida.

Los primeros **1000** días del bebé se consideran un intervalo de oro donde podemos intervenir, ya que existe una amplia ventana de oportunidades para la prevención de enfermedades crónicas no transmisibles de orden sistémico.

La epigenética es la respuesta de nuestro ADN a los efectos del ambiente (alimentación, estrés, actividad física, exposición al humo del cigarro y alcohol, experiencias adversas negativas, entre otras), siendo responsable del **80%** de los indicadores de salud-enfermedad, mientras que la genética se corresponde con el **20%** o menos de estos indicadores.

Los hábitos y eventos que ocurren en esta etapa son capaces de activar o silenciar los genes y, consecuentemente, aumentar o reducir el riesgo de problemas de salud durante el ciclo de vida del bebé.

Una buena alimentación más los cuidados necesarios en la cavidad oral de la madre en el embarazo y en el bebé durante esos 1000 días son críticos y serán un seguro de salud bucodental para el futuro.



En la futura mamá

Durante el embarazo: realizar una revisión odontológica en cada trimestre.

- Indicación de las **pautas de higiene bucal** e informar de los **cambios orales** secundarios al embarazo.
- **Orientación** anticipatoria para la salud bucal del lactante.
- **Información** sobre hábitos dietéticos saludables.
- **Recomendaciones** de tratamiento individualizadas.
- Aplicaciones de **flúor**, **limpiezas bucales** y **tratamientos dentales** si fueran necesarios.



En el bebé

En el bebé: la primera visita del bebé con el Odontopediatra debe ser después de la erupción del primer diente o durante el primer año de vida.

- **Indicación** de las pautas **higiénico-dietéticas** saludables.
- **Valoración** del correcto funcionamiento de todas las estructuras orales.
- **Instauración** de pautas **preventivas** individualizadas.

