

**Calendari de dentició**

Dentició	Edat	Erupció dentària	Total dents
Primera (de llet)	6 mesos - 1 any	8 incisives	8
	1 any - 18 mesos	4 primeres premolars	12
	18 mesos - 2 anys	4 canines	16
	2 anys - 2,5 anys	4 segones premolars	20
Segona (definitiva)	6 anys	4 primeres molars	24
	6 anys - 8 anys	8 noves incisives	
	8 anys - 9 anys	4 noves premolars	24
	9 anys - 12 anys	4 noves canines 4 noves premolars	
	12 anys	4 segones molars	28
	16 anys - 25 anys	4 tercers molars	32



*Tots*  
**sense**  
**càries**

La càries és una de les malalties més freqüents a Catalunya i afecta vuit de cada deu infants. Per aquesta raó, des de l'any 1982 el Departament de Sanitat i Seguretat Social de la Generalitat de Catalunya porta a terme una campanya de prevenció de la càries basada en la fluoració dental.

Aquesta campanya, que actualment segueixen el 70% dels escolars catalans, a més, vol donar la informació necessària a pares i institucions perquè l'infant adopti uns hàbits higiènics i dietètics que el protegeixin de la càries en el decurs de la seva vida.

## La càries, un gran enemic per als petits de la casa

La formació de la càries és deguda a tres factors ben definits:

- L'excés de dolços a la dieta.
- La manca d'higiene bucal, que facilita la presència de bacteris a la boca.
- La susceptibilitat de les mateixes dents.

Si aturem la formació de càries en l'infant, evitem:

- Problemes de masticació i, en conseqüència, de nutrició.
- Molèsties i dolors innecessaris.
- Pèrdues de peces que comportaran malposicions posteriors, amb els consegüents problemes funcionals i estètics.

## La càries, un enemic fàcil de guanyar

Per prevenir l'aparició de càries cal tenir cura dels punts següents:

- Reduir el consum de dolços de la dieta, particularment entre àpats, atès que aquests afavoreixen la multiplicació dels bacteris esmentats.
- Vetllar perquè diàriament els nens i nenes es raspallin les dents amb un dentífric fluorat que evitarà la proliferació de bacteris.
- Augmentar la resistència de l'esmalt dental amb glopeigs de solucions fluorades a partir dels sis anys.

El pediatre o l'odontòleg l'aconsellaran sobre les mesures de prevenció més adequades a l'edat de l'infant, així com del tipus de suplement fluorat més adient. És important afegir aquí que l'exemple dels pares és decisiu perquè els nens i nenes adoptin els hàbits higiènics i dietètics que els protegiran de la càries.



Com a guia orientativa, és interessant tenir en compte aquests consells:

- |             |   |
|-------------|---|
| 0-6 mesos   | • Evitar l'addició innecessària de sucre o mel en el biberó o xumet.  |
| 7 mesos     | • Moment en el qual haurien d'aparèixer les primeres dents.   |
| 12-15 mesos | • Si no han aparegut les primeres dents temporals o de llet, cal consultar l'odontòleg.   |
| 2 anys      | • Iniciar la utilització del raspall de dents amb quantitats molt petites de dentífric fluorat.<br>• Evitar el biberó o xumet.<br>• Primer control odontològic que cal repetir anualment. |
| 6 anys      | • Edat en la qual apareixen els primers queixals definitius. Cal iniciar els glopeigs amb solucions fluorades.  |
| 8-10 anys   | • Vigilar les malposicions de la dentició.  |
| 12-14 anys  | • En aquesta edat hauria d'estar completada tota la dentició permanent (28 peces).  |