

ESPECIALISTAS Y CONSULTAS BUSCAN GENERAR CONFIANZA:

Con realidad virtual, anestésicos con sabor y otras estrategias, los niños ya no sienten temor de ir al dentista



Junto con ofrecer un ambiente amigable, los expertos enfatizan la importancia de que los padres no transmitan sus propios miedos, así como evitar ciertas palabras o frases que predispongan a los hijos a vivir una experiencia negativa.

C. GONZÁLEZ

Anivel global, se estima que alrededor del 25% de la población sufre de algún grado de miedo, ansiedad o fobia al momento de ir al dentista. Una realidad que, sin embargo, desde hace algunos años se busca cambiar a través de una serie de estrategias que eviten que la consulta odontológica sea una experiencia traumática, que termine por afectar una buena salud bucal.

En un estudio publicado en la revista de la Academia Estadounidense de Periodoncia (AAP) se establece que, en promedio, un paciente puede aguantar entre 15 y 17 días con dolor antes de ir al dentista, solo por esa sensación negativa que le genera pisar la consulta.

"Hay varias generaciones de pacientes que se criaron con experiencias negativas; pero entre los más jóvenes se ve menos reticencia y eso tiene que ver con una serie de cambios, como el uso de instrumental y procedimientos menos agresivos", comenta Pedro Bombardiere, jefe de la Unidad de Odontología de la Clínica Indisa.

Por ejemplo, mediante el uso de anestésicos tópicos, en gel o spray, que se aplican para adormecer la zona en donde se realizará un procedimiento menor —como retirar un diente de leche o una sutura— o en donde se hará el pinchazo para aplicar la anestesia, previo a una intervención mayor. "Estas anestésicos tópicos pueden venir saborizados, con gusto a frutas, por ejemplo, en especial para su uso pediátrico", agrega el especialista.

Eso minimiza cualquier molestia o dolor, y hace más agradable el momento para los niños (aunque también se pueden usar en adultos). Porque si lo que se quiere es



En el Club del Ratón Pérez, las odontopediatras recurren al juego para crear un ambiente más grato previo a cada consulta.

prevenir que se genere una aversión al dentista, lo mejor es comenzar a vincular a los más pequeños con esta especialidad tan pronto como sea posible. "Hoy se promueve que todos los niños, al menos desde los dos o tres años, vayan a un primer control. Eso marca la atención y relación posterior", dice Benjamín Martínez, académico de la Escuela de Odontología de la U. Mayor.

Emociones heredadas

De hecho, las primeras visitas, "desde el punto de vista clínico, tienen más un carácter preventivo, por lo que cualquier intervención es mínima y cualquier situación desagradable, también", agrega la odontopediatra Laura Cruz. En cambio, mientras más se posterga la visita al dentista, es más probable que haya que intervenir de manera más invasiva.

"No es lo ideal, pero, a pesar de eso, se puede igual generar una atención amigable, con distintas técnicas de apoyo", agrega Cruz, una de las fundadoras de El Club Ratón Pérez (clubratonperez.cl), un programa de odontología especializado en atención de niños y

cuya metodología, didáctica y lúdica, busca una primera aproximación amigable al dentista, ya sea en su propia casa como en la clínica.

"La idea es que los niños tomen confianza y aprendan desde pequeños la importancia del cuidado y prevención", precisa.

A través del juego, los pequeños pueden tocar figuras y modelos que los acercan a la salud bucal. "También utilizamos pantallas en el techo de la consulta, en donde pueden ver videos o sus programas favoritos; eso los distrae durante el procedimiento".

El uso de la tecnología, agrega Bombardiere, también ha entrado a través de lentes para celulares o de realidad virtual, que los niños se colocan mientras son atendidos, y funcionan como distractores. Aunque es una alternativa, que incluso fue incorporada en algunos consultorios, Laura Cruz y sus colegas prefieren no utilizarla. "Los ojos de los niños dicen mucho, y al cubrirlos, te quedas sin esa información".

Tan importante como ofrecer un entorno amigable, la atención se ha ido especializando: hasta hace dos décadas existían muy pocos odontopediatras, por lo que lo

Con robots y mascotas buscan reducir el estrés y la ansiedad

"Robin the Robot" es el nombre de una máquina desarrollada hace dos años por la empresa estadounidense Expper Technologies, que tiene como objetivo ayudar a los pequeños pacientes a superar el estrés o el miedo en sus atenciones de salud, incluidos los controles con el dentista. Mediante el uso de inteligencia artificial, Robin es capaz de realizar un análisis en tiempo real de las emociones que está sintiendo un niño a través de sus gestos o palabras, para luego entregar una respuesta adecuada según cada situación: con su voz alegre, les pregunta su nombre y les comienza

a hablar sobre películas, gustos musicales, juguetes y otros temas, reduciendo la ansiedad en los menores. Por otro lado, considerando los beneficios ya conocidos que ofrecen las mascotas, al reducir el estrés y la ansiedad, especialistas y centros en diferentes partes del planeta han incluido la terapia asistida con perros para apoyar a los pacientes con miedo al dentista.

"Lo principal es no transmitirles a los niños los miedos que tienen los adultos ni predisponerlos con frases como 'no te va a doler' o 'qué valiente eres'".

Laura Cruz, odontopediatra.

"Hay varias generaciones de pacientes que se criaron con experiencias negativas; pero entre los más jóvenes se ve menos reticencia".

Pedro Bombardiere, odontólogo.

habitual era que un niño se atendiera con un dentista de adultos, los que muchas veces no tenían la experiencia, paciencia, ni tampoco el manejo para atender a menores.

"Muchas de las fobias surgen por experiencias previas negativas, no solo con el dentista, sino que en el ámbito de la medicina en general", comenta Cruz.

Pero también como resultado de emociones transmitidas por sus adultos cercanos. "Los padres deben asumir que sus hijos no tendrán la misma experiencia negativa que ellos vivieron. Eso implica no transmitirles sus propios miedos ni predisponerlos con frases como 'no te va a doler' o 'qué valiente eres'", aconseja.

Aguja, pinchazo y vacuna son otras palabras que es mejor evitar al hablar del dentista. Asimismo, "es importante tener claro que hay veces en que los niños pueden llorar a causa de un procedimiento, pero eso no va a generarles un trauma", precisa la odontopediatra. "Los niños pueden confundir alguna molestia o presión con dolor, por eso es importante saber explicarles bien previamente lo que sucederá".

No anterior, además, disminuye la ansiedad y el miedo a lo desconocido. Por lo mismo, tampoco nunca hay que mentirles sobre dónde están yendo, porque eso genera desconfianza y más miedo.



"Robin the robot" fue creado para acompañar a los niños en sus atenciones médicas y dentales.