

LAS SONRISAS BRILLANTES Y SANAS COMIENZAN AL NACER



bright smiles
FROM BIRTH

LOS DIENTES DE LECHE SON IMPORTANTES!

Los dientes sanos ayudan al bebé a aprender a hablar, a comer alimentos saludables, a comer frutas y verduras frescas y a hacer amigos con sus risas y sonrisas. También ayudan a conservar el espacio que será ocupado por dientes adultos más grandes.

SUS DIENTES SON IMPORTANTES PARA LA SALUD DE SU BEBÉ

¡Su bebé hará lo que usted haga! Sirva de modelo de buenas costumbres al cepillar sus dientes dos veces al día, usar hilo dental y visitar regularmente a su dentista. Los microbios de la boca que causan el deterioro pueden transferirse de usted a su hijo, haciendo que sufra de caries. Si cuida sus propios dientes, su bebé también tendrá dientes sanos.

NUNCA ES MUY PRONTO PARA COMENZAR A CUIDAR LOS DIENTES DEL BEBÉ

Antes de que su bebé tenga dientes, limpie sus encías suavemente con un paño húmedo y limpio después de las comidas y antes de que su bebé se vaya a dormir. Una vez que el bebé tenga sus dientes, cepíllelos con un cepillo de dientes suave y una cantidad mínima de pasta dentífrica con flúor del tamaño de un grano de arroz. Cuando el niño ya pueda escupir, aumente la cantidad de pasta dentífrica al tamaño de una arveja. Los dientes de los niños deben ser cepillados por un adulto hasta que ellos puedan atar por sí mismos los cordones de sus zapatos (cerca de los 6 años de edad).

DIETA SANA = DIENTES SANOS

No haga dormir a su hijo con un biberón de leche o de jugo – solo use agua. Limite la ingesta de jugo únicamente a las horas de comida y merienda y no le dé más de media taza de jugo al día. Las bebidas gaseosas, las bebidas dulces, los caramelos y los alimentos pegajosos pueden causar un deterioro más rápido de los dientes. El queso, el yogur, las frutas y las verduras ayudarán a que su hijo y sus dientes se mantengan sanos.

EVITE TRANSMITIR LOS MICROBIOS QUE CAUSAN EL DETERIORO DENTAL

Las caries son una forma de infección causada por un tipo de bacteria que vive en su boca. No ponga nada en la boca del niño que haya estado en su boca. No comparta tazas, cucharas etc. No limpie un chupete con su boca, escúrralo más bien bajo el agua del grifo. Esto evitará que las bacterias que viven en su boca entren en la boca del niño.

EXAMINE LOS DIENTES DE SUS HIJOS

El deterioro dental puede extenderse muy rápidamente. Tómese el tiempo necesario para revisar los dientes de su bebé levantando su labio superior y observando los dientes cerca de las encías. Si usted ve puntos blancos o marrones brillantes, lleve al niño al dentista en seguida. Esta es la verdadera señal del comienzo del deterioro dental.

ENCUENTRE UN DENTISTA PARA SU HIJO

Los niños deberían visitar un dentista cerca de su primer cumpleaños. Converse con su médico para encontrar un dentista. Si su hijo está asegurado bajo el programa "All Kids", tiene cobertura para visitar a un dentista. Pregúntele también a su médico o a su dentista sobre la aplicación de barniz de flúor sobre los dientes. El barniz de flúor ayuda a proteger los dientes de su hijo evitando su deterioro.

American Academy of Pediatrics

DEDICATED TO THE HEALTH OF ALL CHILDREN™



Illinois Chapter