

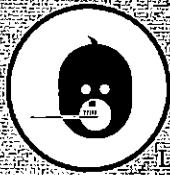


LOS DIENTES Y LAS ENCÍAS DE UN NIÑO son importantes. Los dientes son necesarios para masticar, hablar y sonreír.

LOS DIENTES DEL BEBÉ necesitan mantenerse sanos aunque no sean permanentes. Estos dientes mantienen el lugar para que los dientes permanentes salgan sanos y rectos.

ASEGURESE de que sus propios dientes y boca estén sanos. ¡Los gérmenes en su boca que causan caries pueden ser transmitidos a su hijo!

- Nunca comparta su cuchara o tenedor.
- No mastique la comida del bebé o pruebe la comida antes de alimentar al bebé.
- Limpie el chupete del bebé con agua, no lo lama.
- Cuide sus propios dientes y visite al dentista.



DESDE su nacimiento hasta el primer año de vida:

La mayoría de los bebés tienen sus primeros dientes a los seis meses de edad. Pero es una buena idea cuidar de sus dientes desde el principio.

- Amamante a su bebé.
- No permita que su bebé duerma con su botella.
- Comience a usar una taza para el bebé a los seis meses de edad.
- Limpie o cepille las encías y dientes del niño cada día, especialmente después de comer.
- Use una toallita limpia o un cepillo suave para niños.
- No use pasta de dientes.

COMENZANDO A LA EDAD DE 1 AÑO, lleve al bebé al dentista por lo menos una vez al año.

- No permita que el niño use una botella después de los doce meses de edad.
- Inspeccione los dientes y encías del bebé cada día, para detectar caries tempranamente.
- Observe si los dientes del bebé tienen manchas blancas, café o negras. Si encuentra alguna mancha, llévelo(a) al dentista de inmediato.
- Inspeccione las encías para ver si están hinchadas, si sangran o tienen granos.

CONSEJOS PARA DIENTES SALUDABLES

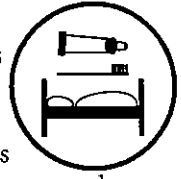
DIENTES SANOS PARA SONRISAS FELICES

Como mantener sanos los dientes y las encías del niño



ENTRE las edades de 1 y 2 años:

- Retírele la botella y continúe inspeccionando sus dientes y encías a diario.
- Ponga agua en una taza de entrenamiento para que él o ella la lleven consigo.
- Provéale con bocadillos sanos entre comidas. No le ofrezca dulces.
- Limpie los dientes y las encías con una toallita o cepillo suave sin pasta.
- Inspeccione los dientes cada semana para observar las primeras señales de caries.



ENTRE las edades de 2 y 3 años:

- Cepille los dientes de su hijo dos veces al día, especialmente antes de dormir.
- Consulte con su doctor o dentista acerca de las pastas de dientes con fluoruro cuando su hijo tenga dos años de edad.
- Use una pequeña cantidad de pasta con fluoruro.
- Enséñele a su hijo a escupir la pasta después de cepillarse los dientes.
- No permita que el niño trague o se coma la pasta de dientes.
- Comience a enseñarle a su hijo a cepillarse los dientes pero recuerde que aun necesita ayuda.
- Lleve a su hijo al dentista por lo menos una vez al año.



PROTEJA los dientes de su hijo durante su crecimiento. Cuando su hijo tenga entre 3 y 5 años de edad:

- Ayude al niño a cepillarse los dientes por lo menos dos veces al día.
- Utilice el hilo dental con el niño cada día.
- Lleve al niño al dentista por lo menos una vez al año.

¿Necesita un dentista?

Llame al California Dental Association (Asociación Dental de California):
 (800) 232-7645 or (800) CDA-SMILE
 Llame al California Society of Pediatric Dentists (Sociedad Californiana de Dentistas Pediátricos):
 (800) 503-9780
 Llame a la línea de información Denti-Cal:
 (800) 322-6384