

Smile Starters

General Dentistry for Youth

first tooth through age 20



Smile Starters Program Baby, Infants & Toddlers Education Program

El Embarazo y su salud oral: “Lo que es bueno para Usted es bueno para su bebe”

- Los bebes comienzan a desarrollar los dientes entre los tres y seis meses de embarazo.
- Madres que padecen de caries le transmiten los germenos de caries a su bebe.
- Alimentandose con comidas saludables durante el embarazo es importante para la futura salud dental de su bebe.
- Madres deben lavarse los dientes dos veces al dia, usar el hilo dental regularmente y visitar un dentista dos veces por año para evitar transmitirle los germenos de caries a su bebe.

Cuide los dientes de su bebe:

- Las caries es la enfermedad crónica mas comun de la niñez.
- Un poco despues del nacimiento, limpia suavemente las encias de su bebe con una toalla limpia y humeda.
- Es mejor lavar los dientes de su hijo por lo menos 2 veces al dia. Primero, cuando despierte por la manana y antes de acostarlo.
- Cuando aparecen los primeros dientes (de 6 a 10 meses de edad) use un cepillo pequeño y suave para lavar los dientes de su bebe y use una pequena cantidad de pasta dental con fluoruro. A los 4 años de edad, use una cantidad de pasta dental del tamaño de una arveja.
- Durante el tiempo que le estan naciendo los dientes le puede calmar los dientes a su bebe con un anillo para dentición lleno de agua fria o una toalla mojada con agua fria. Evite darle galletes para dentición y los gels anesteticos.
- Dele de comer a sus hijos comidas sanas como verduras y frutas en vez de galletas y dulces.
- Nunca deje que su bebe duerma con un biberón – cualquier cosa ademas que el agua causa las caries.
- Si su bebe usa un chupón, nunca lo imerse en algo dulce como azucar o miel.
- Anime a su bebe que use una taza al cumplir un año.
- Visitas regulares a un dentista deben comenzar al cumplir un año.



Niños pequenos: El dentista y su hijo

- El primer chequeo dental debe ocurrir en el primer año de vida.
- Los padres pueden estar presentes durante la examinación del infante para que el dentista pueda apuntar cualquier area de preocupación.
- Visitas tempranas al dentista ayudan a calmar la aprension de un niño en visitas futuras.
- La mayoría de los niños dejan de chuparse el dedo a los 2 años de edad, pero si es prolongado puede causar dientes chuecos, encimados y problemas con la mordida. Su dentista puede sugerir maneras para resolver el habito.
- Limite comidas y meriendas a 4 veces al dia. Dele a sus hijos meriendas saludables como verduras y frutas en vez de dulces y galletas.
- Siempre supervisen a sus niños cuando se laven los dientes. Enseñelos que deben escupir en vez de tragar la pasta dental.
- El varniz de fluoruro es una buena manera de prevenir las caries. El varniz funciona reforzando los dientes.
- Los niños que toman mayormente agua enbotellada puede que no esten recibiendo todo el fluoruro que necesitan. Consulte con su dentista para determinar si los suplementos de fluoruro son necesarios.

This information is provided by Smile Starters Dental and the U.S. Department of Health, Human Services National Institutes of Health and North Carolina Dept. of Health and Human Services, Division of Public Health. Smile Starters provides general dentistry and follows the standards set by the American Dental Association and the American Academy of Pediatric Dentistry. **Rafael Rivera, Jr., DDS, PLLC**

