



Cómo cuidar los dientes de su niño

Bebés

- La Academia Estadounidense de Odontología Pediátrica recomienda limpiar las encías de su niño desde el nacimiento con una tuallita suave y agua.
- Una vez que vea el primer diente de su niño, comience a usar un cepillo de dientes suave para bebés con una cantidad de pasta dental con flúor no más que el tamaño de un grano de arroz o agua.
- Para prevenir las caries, cepille los dientes de su bebé antes de dormir para quitar los azúcares de la fórmula, la leche materna o comida.
- Después de que a su niño le salga su primer diente o cumpla su primer año, programe una cita con el dentista.

Chupones, chuparse el pulgar y los dedo

- Chupar el pulgar y los dedos puede comenzar en el vientre. Esto le da a los bebés una sensación de consuelo.
- Los chupones se utilizan a menudo como manera de calmar a los niños, pero nunca deben meterse en alimentos o bebidas azucaradas.
- La mayoría de los niños entre las edades de dos y cuatro años dejan de chuparse naturalmente los pulgares, los dedos o los chupones.
- El uso a largo plazo del chupón o chuparse el pulgar o los dedos puede afectar la figura de la boca y la posición de los dientes.
- Hable con su dentista, pediatra u otro profesional de la salud sobre estrategias para ayudar a su niño a que pare.

Niños pequeños

- La Academia Estadounidense de Odontología Pediátrica recomienda cepillar los dientes de su niño dos veces al día después del desayuno y antes de dormir.
- A partir de los dos años, puede aumentar la cantidad de pasta de dientes al tamaño de un chicharo.
- El fluoruro presente en la pasta de dientes ayuda a prevenir la caries dental. Sin embargo, conviene mantenerlo fuera del alcance del niño y es recomendable que usted lo ponga en su cepillo de dientes para evitar que trague demasiado.
- El dentista de su niño le recomendará la frecuencia con la que debe ir al dentista basándose de su salud bucal. Por lo general, se recomiendan citas cada seis meses.