

CUIDADO DENTAL DE BEBÉ

Mi bebé todavía no tiene dientes. ¿Por qué el cuidado dental debe comenzar tan pronto?

La razón más importante de comenzar a cuidar los dientes en la infancia es la prevención de los problemas dentales futuros. Los niños con dientes sanos mastican los alimentos con facilidad, aprenden a hablar con claridad y sonríen con confianza. Inicie hoy una vida de buenos hábitos dentales para su hijo.

La llegada de los primeros dientes de su bebé

La dentición, o surgimiento de los primeros dientes de leche a través de las encías, puede ser un momento de grandes molestias para muchos bebés y sus padres. Es útil saber qué esperar cuando le salgan los dientes a su bebé y, lo que puede hacer para que este proceso sea un poco menos doloroso tanto para usted como para su bebé.



Independientemente del momento de la dentición de su bebé, notará que saliva más y desea morder cosas. En algunos bebés, la dentición no causa dolor.

Algunos pueden sufrir cortos períodos de irritabilidad, mientras otros pueden parecer malhumorados durante semanas, con episodios de llanto y trastornos en las conductas alimentaria y del sueño.

¿Cómo puedo calmar el dolor de la dentición?

- Dele a su bebé un anillo de dentición. No use los que tienen líquido en el interior debido a que pueden romperse.
- Deje que su bebé muerda paños mojados y fríos.
- Frote las encías del bebé con un dedo limpio.

¿Cuándo puedo comenzar a limpiarle los dientes?

¡Mientras antes lo haga, mejor! Si comienza al momento del nacimiento, limpie las encías del bebé con un cepillo dental infantil suave y agua. Recuerde que los niños pequeños no tienen la habilidad de cepillar sus dientes en forma efectiva. No use pasta dental con flúor hasta que su hijo tenga 2 a 3 años de edad.



Para mayor información, llame a la Línea para la Salud de la Familia 1-800-451-BABY (2229)

PREVENCIÓN DE CARIES INFANTILES

Las caries en los dientes de su bebé pueden causar pérdida del apetito, problemas del habla, dolor de muelas o dientes definitivos dañados.

Incentive hábitos saludables:

- Leche materna es la mejor alimentación.
- No acueste a su bebé o niño con un biberón que ha llenado con fórmula, leche, jugo o alguna bebida azucarada.
- Nunca unte un chupete con miel, azúcar o jarabe (la miel puede ser tóxica en los bebés).
- Dele agua entre comidas en lugar de un biberón o una taza con fórmula, leche, jugo u otras bebidas azucaradas.

Lleve a su hijo a controles regulares con el dentista:

- Los niños deberían ir al dentista para su primer control alrededor de su primer cumpleaños.
- Consulte con su médico o dentista para asegurarse de que su hijo recibe la cantidad correcta (y segura) de flúor.

Limpie regularmente los dientes de su hijo:

- Limpie los dientes y las encías de su bebé todos los días. Use un trozo de gasa limpio.
- Cuando su hijo tenga alrededor de 1 año de edad, puede usar un cepillo dental suave y pequeño para cepillar gentilmente los dientes.
- Cepille los dientes con una cantidad de pasta dental del tamaño de un chícharo. No deje que coma pasta dental.
- Cepille los dientes de su hijo después de las comidas o al menos dos veces al día.
- Comience a usar hilo dental en los dientes de su hijo una vez al día cuando cumpla 2 años de edad.

Para mayor información sobre cuidado dental, visite el sitio web de la Academia Estadounidense de Odontología Pediátrica en www.aapd.org, o comuníquese con Línea telefónica de ayuda del Children's Trust a 211 o 305-631-4211



Healthy Start Coalition of Miami-Dade
701 S.W. 27th Avenue, Suite 1401, Miami, FL 33135
Tel (305) 541-0210 ▪ Fax (305) 541-0213
www.hscmd.org