

¿Sabía usted que una buena salud dental ayuda a su niño a hablar y comer correctamente?

Solo conociendo algunos datos simples puede ayudar a su hijo a hacer un inicio saludable.



Delta Dental of California
P.O. Box 537010
Sacramento, CA 95853-7010

Servicio al Cliente

Por reclamaciones y consultas sobre beneficios,
llame sin cargo al:
(877) 580-1042

Visite el sitio web de Delta Dental en:
www.deltadentalca.org/gov

C (rev. 10/05) EB21-GP



El cuidado de los dientes de su hijo



Información de salud dental
en la que puede confiar

Antes del nacimiento de su bebé

Las vitaminas y minerales de un bebé que no nacido provienen de lo que la madre come. No comer sano durante el embarazo puede afectar los dientes de su bebé, porque éstos comienzan a formarse en la quinta semana de embarazo. Para asegurarse que los dientes de su bebé sean sanos, las madres embarazadas deben empezar por comer una dieta balanceada.

El cuidado de los dientes del niño

Los gérmenes que provocan caries pueden ser transmitidos a su bebé. Para evitar diseminar los gérmenes que causan caries, no ponga nada en la boca de su hijo que haya estado en su boca.

La limpieza de los dientes de los niños debe comenzar en cuanto aparece el primer diente (a los seis meses de edad aproximadamente). Como la caries dental puede atacar a los dientes en cuanto estos aparecen en la boca, limpie los dientes y las encías del bebé con un paño suave y húmedo después de cada comida.

Una de las causas principales de la caries dental en niños pequeños es la caries de la “mamadera”. Los bebés que van a la cama con su mamadera de leche, fórmula o jugo tienen más probabilidad de tener caries. Debido a que el azúcar en la fórmula, la leche o el jugo permanece en los dientes por mucho tiempo durante la noche, los dientes pueden sufrir caries rápidamente.

Aquí le damos algunos consejos para evitar la caries de la mamadera:

- Acueste a su niño con una mamadera de agua solamente, no con leche, fórmula o jugo.
- Retire la mamadera cuando su hijo se

haya dormido o haya dejado de chupar la mamadera.

- Trate de evitar que su hijo ande con la mamadera de leche, fórmula o jugo como si fuera un chupete.
- Empiece a enseñar a su hijo a beber de un vaso a partir de los seis meses de edad. Planifique dejar de usar la mamadera a más tardar a los 12 a 14 meses.
- No le ponga azúcar o miel al chupete.

Chuparse el dedo, ¿es malo para los dientes de mi hijo?

Es normal que los niños se chupen el dedo o usen chupete. La mayoría de los niños abandonan este hábito solos a la edad de 4 años y sus dientes no resultan dañados. Si su hijo todavía tiene el hábito de chuparse el dedo o usar chupete después de los cuatro años, dígaselo al dentista. Su dentista puede estar atento a problemas a medida que crezcan los dientes. En la mayoría de los niños, no existe motivo para preocuparse por el hábito de chuparse el dedo o usar chupete hasta los 5 ó 6 años, que es cuando empiezan a salir los dientes permanentes.

El cuidado de los dientes de su hijo

Un buen cuidado de los dientes de los niños es importante porque incluso los dientes de leche ayudan a su hijo a masticar y a hablar claramente. Los dientes de leche también mantienen los espacios para que los dientes permanentes puedan crecer derechos.

Los adolescentes

Preste mucha atención a los dientes de su hijo durante la adolescencia, cuando han salido casi todos los dientes permanentes. Las caries se presentan con mayor frecuencia durante

este período, debido a los cambios en la dieta y a una higiene dental insuficiente. Los niños que practican deportes deben usar protectores bucales, disponibles en las tiendas de deporte o de su dentista.

Las visitas al dentista

Lleve a su hijo a la primera visita al dentista dentro de los seis meses a partir del nacimiento del primer diente y no después del primer cumpleaños. Esto le dará al dentista la oportunidad de buscar problemas en los dientes en forma temprana y a hablar con usted acerca de cómo cuidar los dientes de su bebé. También le ayuda a su hijo a sentirse bien en el consultorio del dentista.

Evite usar palabras negativas tales como “dolor” e “inyección”. Una postura positiva acerca de la higiene dental es una de las mejores maneras de darle a su hijo una salud oral de por vida.

¿Cuándo empiezan a crecer los dientes permanentes?

