

Los Dientes de su Bebé son Importantes!

Haga lo siguiente para mantener los dientes de su bebé saludable:

- ◆ No comparta utensilios o lamba chupones.
- ◆ Evite darle el biberón a la hora de dormir.
- ◆ Dele jugo solo cuando pueda beber de un vaso. No antes de un año de edad y limite a solo 4 onzas por día.
- ◆ Limpie la boca de su bebé con un toalla pequeña y mojada.
- ◆ Cepille los dientes 2 veces al día en cuanto le salga su primer diente.
- ◆ Lleve a su bebe al dentista al primer año de edad.

La primera visita al dentista de su niño debería de ser al primer año de edad para tener dientes saludables por vida.



Información basada en materiales que se encuentran en <http://www.azdhs.gov>.

ESTAS PASANDO
CARIES
A TU BEBE?

Una guía para la salud oral
durante el primer año de su
bebe.



Sabia Usted? Los bebés nacen *con 20 dientes pequeños creciendo debajo de sus encías.*

GERMENES + AZUCAR = CARIES DENTALES

- ◆ Los **gérmenes** y **comidas azucaradas** en la boca pueden corroer los dientes. Esto puede crear hoyos en los dientes, conocidos como caries.
- ◆ Cuando comparte utensilios o cepillos de diente con su bebe, o lambe su chupón usted comparte sus **gérmenes** también. Los bebés nacen sin gérmenes en su boca.
- ◆ Si su bebé duerme con un biberón esto causa que **gérmenes** crezcan en la boca de su bebé.

Otras Maneras de Prevenir Caries Dentales:

- ◆ **Agua con fluoruro protege los dientes de caries dentales.** El fluoruro es seguro y se encuentra en la mayoría de agua de llave. Cheque la etiqueta de agua embotellada para ver si tiene fluoruro.
- ◆ **Solo use un chupón limpio.** No le ponga azúcar o miel al chupón.
- ◆ **Cambie a un vaso a la edad de un año.** Hasta entonces solo dele agua, formula, o leche de pecho. Jugo solo cuando pueda beber de un vaso. No antes de un año de edad y limite a solo 4 onzas por día.



Como Cuidar los dientes de su Bebé:

Busque el primer diente de su bebe:

- ◆ Alrededor de los 6 meses brotara el primer diente de su bebe.
- ◆ Limpie la boca de su bebé con un toalla pequeña y mojada.
- ◆ Cepille los dientes 2 veces al día.

Valla al dentista:

- ◆ Primera visita debería de ser al primer año de edad.
- ◆ Padres deberían de ir al dentista también.

Si usted se cuida sus dientes es mas probable que su hijo tenga dientes saludables también.

Cheque dientes y encías:

- ◆ *Por lo menos una vez al mes*
- ◆ *Dientes deberían ser un solo color*

Manchas cafés o blancas pueden ser un signo de caries dentales. Si su bebe tiene manchas lleve a su bebe al dentista para una revisión.