



**Iowa Department of Public Health
Bureau of Oral & Health Delivery Systems
Oral Health Center**

1-866-528-4020

www.idph.state.ia.us/hpcdp/oral_health.asp

¿Tiene seguro médico su hijo?
Llame al 1-800-257-8563 para obtener más información
respecto a los seguros médicos de bajo costo o sin costo.

2009



¿Por qué hay que preocuparse por los dientes de leche?

Los dientes de leche fuertes permiten a los niños hablar claramente, sonreír con confianza, y comer alimentos adecuadamente para ayudarles a crecer. Los dientes de leche también les guardan espacio a los dientes permanentes. Las caries son infecciones y pueden ser dolorosas y dificultar el aprendizaje y el desarrollo normal de bebés y niños. Si su niño tiene caries, también podría perder los dientes antes de tiempo.

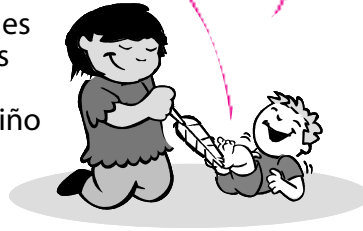


¿Le pueden salir caries a mi bebé?

A los bebés y los niños pequeños les pueden salir caries tan pronto como les broten los dientes en la boca. Esto normalmente sucede alrededor de los 6 meses de edad.

Las caries ocurren cuando la bacteria que está en la boca usa el azúcar y el almidón de los alimentos y bebidas para producir ácido. Este ácido debilita el esmalte del diente. Después de muchos ataques de ácido, se forma una cavidad cariosa (hueco) en el diente.

Es importante que la familia entera tenga bocas sanas. La bacteria que causa las caries se puede transmitir a la boca del bebé a través de comportamientos en el que se comparte la saliva. Por ejemplo, al compartir una cuchara, o al limpiar el chupete con su boca y después pasárselo a su bebé.



Consejos para cuidar los dientes de su bebé

- Antes de que le broten los dientes, limpie las encías de su bebé con una toalla mojada cuando menos una vez al día.
- Una vez que le hayan salido los dientes a su bebé, cepíleselos con un cepillo de dientes suave tamaño infantil al menos una vez al día, de preferencia antes de acostarse.
- Ayude a su hijo a cepillarse los dientes hasta que haya cumplido 7 u 8 años de edad.
- Asegúrese que su niño tome agua fluorada.
- Póngale una bolita de pasta de dientes con fluoruro (del tamaño de un chícharo) al cepillo de dientes de los niños de 2 años en adelante.
- Pásele el hilo dental a los dientes de su hijo tan pronto como empiecen a tener contacto entre sí. Ayúdelo a pasarse el hilo dental hasta que tenga 8 ó 9 años de edad.
- Escoja refrigerios sanos- frutas, verduras, queso y yogurt.
- Solamente ofrezca alimentos y bebidas azucaradas y con alto contenido de almidón durante las comidas.
- En caso de ser necesario, use un chupete o un biberón con agua para adormecer a su bebé.
- Asegúrese que en el momento de cumplir 1 año, el bebé ya haya dejado el biberón.
- Al cumplir 1 año, empiece a llevar a su niño al dentista de forma regular.
- Mantenga su boca sana para que las bacterias que causan caries no se transmitan de su boca a la de su bebé.

