

¿Sabía usted que...?

- ✓ Los problemas dentales son más prevalentes en niños que:
 - nacieron prematuros
 - nacieron bajos de peso
 - vienen de familias de escasos recursos
- ✓ La alimentación de la madre durante el embarazo puede influenciar el crecimiento dental y el desarrollo del feto.
- ✓ Debe visitar a su dentista durante el primer trimestre del embarazo.
- ✓ Puede prevenir las caries dentales utilizando el cepillo de diente para eliminar los restos de comida en los dientes y las encías.
- ✓ Debe reemplazar el cepillo de diente de su niño cada 6 meses o después de que el niño se enferma.
- ✓ Cuando su bebé tenga 6 meses, es posible que ya le hayan brotado de 2-4 dientes.
- ✓ Tragar pasta de diente con flúor le puede caer mal al niño y darle dolor de estómago. Enséñele y fomente a que se enjuague y escupa.
- ✓ Una vez que el niño puede escupir la pasta de diente en vez de tragársela (alrededor de los 2 años), entonces puede empezar a utilizar pasta de diente con flúor. Un monto del tamaño de un granito de arroz es suficiente
- ✓ ¿Tiene agua de pozo? Hable con su dentista. A lo mejor necesita flúor adicional.

Recursos

- ✓ **Florida Dental Association Project:**
Dentists Care. (850) 681-3629 ext. 304.
- ✓ **Asociacion Dental de Ohio:**
<http://www.oha.org>
- ✓ **Programa Dental del Centro Nisonger I/DD:**
<http://nisonger.osu.edu/dental>
Tel: 1-614-292-3160
- ✓ **Prenatal Dental Care:**
<http://www.dentalgentlecare.com/pregdentcaretips>
- ✓ **Dental Care for Your Baby:**
<http://www.aapd.org/publications/brochures/babycare.asp>



Nisonger Center

Información suministrada por:

Centro de Florida para Comunidades Incluyentes, de la Univesidad del sur de la Florida y el centro Nisonger de la Univesidad Estatal de Ohio Centro Universitario para la Excelencia en Discapacidades del Desarrollo.

Por favor Cite este Documento como:

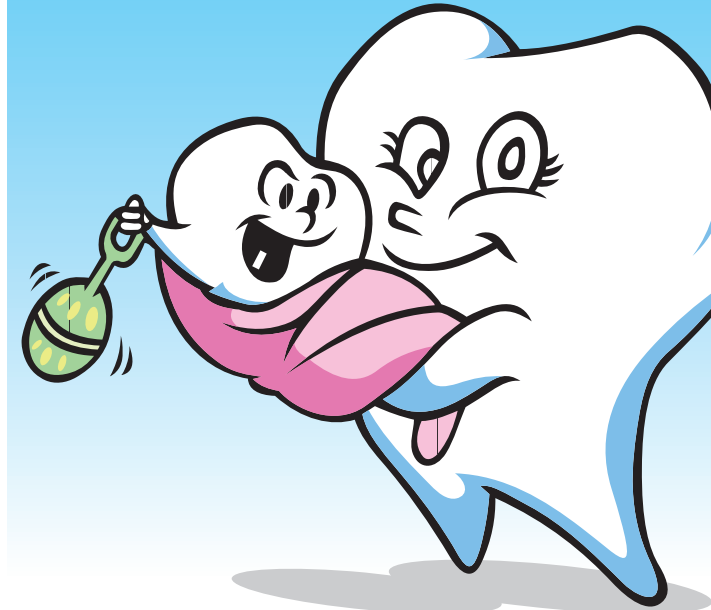
Havercamp, S.M. (2008). Para la boca de los bebés: la importancia de la higiene bucal a temprana edad. Centro de Florida para Comunidades Incluyentes, <http://fffcic.org>.

El desarrollo de este material fue apoyado por la Administración sobre Discapacidades del Desarrollo (#90-DD-0592, Fox and Kincaid) y el William Greenville Pace Medical Research Fund of Columbus Ohio

Para mayor información o para solicitar copias adicionales visite <http://fffcic.org> o <http://nisonger.osu.edu/bhip/>

Para la Boca de los Bebés:

La Importancia de la Higiene Bucal a Temprana Edad



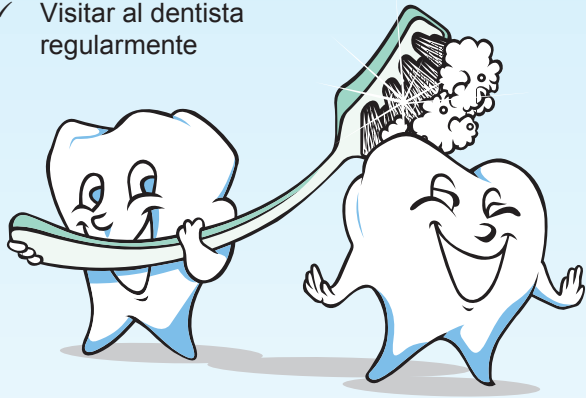
Be Healthy Information Program
for Children and Adults with Disabilities

Bienestar del Bebé

¿Qué es la Higiene Bucal?

Higiene bucal significa **mantener nuestra boca sana** por medio de pasos sencillos tales como:

- ✓ Cepillarse los dientes MUY BIEN dos veces al día
- ✓ Usar hilo dental todos los días
- ✓ Visitar al dentista regularmente



¿Por qué es importante la Higiene Bucal?

La higiene bucal ayuda a prevenir las caries dentales en los bebés. Las caries pueden causarle dolor a los bebés y ser la causa de más problemas en el futuro. Los dientes de leche ayudan al niño a hacer sonidos correctamente, a comer, a mantener espacio para los dientes permanentes y a mostrar sus sonrisas. **¡Por lo tanto, dientes saludables son muy importantes para un desarrollo saludable!**

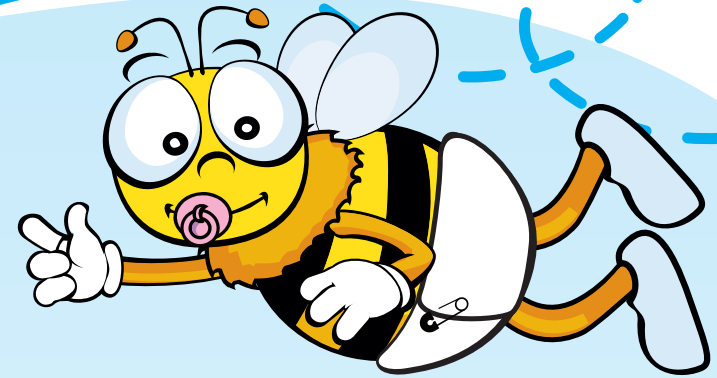
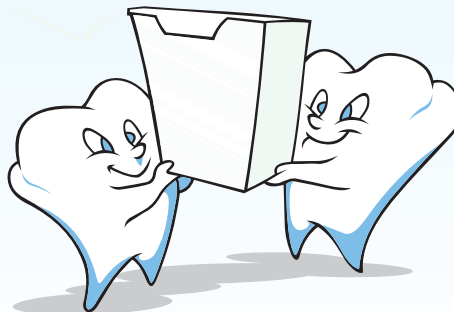
¿Qué Puedo Hacer Yo?

Durante el Embarazo:

1. Comer alimentos saludables y tomar vitaminas.
2. Disminuir el consumo de azúcar.
3. Cepillar los dientes y usar hilo dental todos los días.

Con Bebé:

1. Evitar que el bebé se quede dormido con el biberón o cuando está amamantando.
2. Limite el consumo de azúcar de su bebé. El azúcar causa las caries dentales.
3. Límpieme los dientes al bebé con un cepillo de dientes para bebés o con una toallita suave y agua 2-3 veces al día. (no use fluor hasta que tenga 2 años)
4. ¡Dé un buen ejemplo! Deje que su bebé la vea cuando se cepilla los dientes y usa el hilo dental.
5. Lleve su bebé al dentista cuando cumpla el año o 6 meses después de que le salga el primer diente.



¿Qué Pasa si No lo Hago?

- ✓ A los 6 años el 56% de los niños en los Estados Unidos tienen caries dentales, lo cual parecen huequitos de color marrón en el diente.
- ✓ Cuando los niños tienen serios problemas con los dientes y las encías, se les dificulta o les duele comer y hablar.
- ✓ Los problemas de higiene bucal le pueden causar problemas sociales, de comportamiento y de aprendizaje.
- ✓ Las caries dentales y las enfermedades de las encías pueden causarle dolor y que pierdan los dientes a una temprana edad.
- ✓ Si los bebés toman leche a la hora de la siesta o cuando se van dormir en la noche, el líquido se puede acumular alrededor de los dientes y causar caries.
- ✓ Recuerde que algunos de los dientes de leche deben permanecer hasta alrededor de los 13 años.

