

# ¿Sabía usted que...?

- ✓ Los problemas dentales son más prevalentes en niños que:
  - nacieron prematuros
  - nacieron bajos de peso
  - vienen de familias de escasos recursos
- ✓ El consumo excesivo de azúcar aumenta el riesgo de caries dentales.
- ✓ Las caries parecen huequitos de color marrón en el diente.
- ✓ Debe reemplazar el cepillo de diente de su niño cada 6 meses o después de que el niño se enferma.
- ✓ Puede prevenir las caries dentales utilizando el cepillo de diente para eliminar los restos de comida en los dientes y las encías.
- ✓ 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.
- ✓ Cuando su bebé tenga 6 meses, es posible que ya le hayan brotado de 2-4 dientes.
- ✓ Limpie los dientes del bebé dos veces diarias con gasa o un cepillo suave para bebés (utilice pasta de diente sin flúor hasta los 2 años).
- ✓ 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 todo lo que se necesita.
- ✓ ¿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.
- ✓ **Oral Health for Children:**  
<https://eclkc.ohs.acf.hhs.gov/oral-health/brush-oral-health/promoting-oral-health-children-disabilities>
- ✓ **Florida Dental Association:**  
<http://www.floridadental.org>
- ✓ **Prenatal Dental Care:**  
<http://www.dentalgentlecare.com/pregdentcaretips>
- ✓ **Dental Care for Your Baby:**  
<http://www.aapd.org/publications/brochures/babycare.asp>



### Información suministrada por:

Centro de Florida para Comunidades Incluyentes, un Centro Universitario para la Excelencia en Discapacidades del Desarrollo, Universidad del Sur de la Florida.

### Por favor Cite este Documento como:

Vaughn, B. J., Brace, H., & Haverkamp, 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://ffccic.org>.

El desarrollo de este material fue apoyado por la Administración sobre Discapacidades del Desarrollo (#90-DD-0592, Fox and Kincaid)

Para mayor información o para solicitar copias adicionales visite <http://ffccic.org>

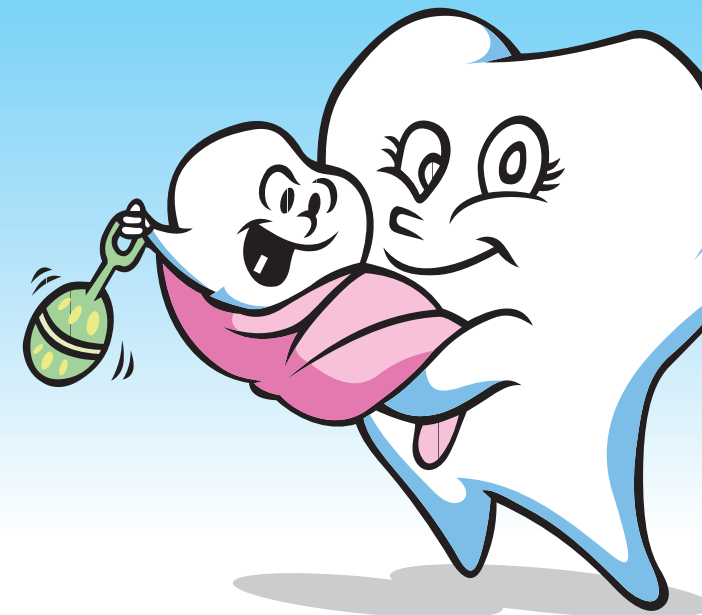


## A Behavioral-Health Information Program

for Children and Adults with Disabilities

# Para la Boca de los Bebés:

## La Importancia de la Higiene Bucal a Temprana Edad

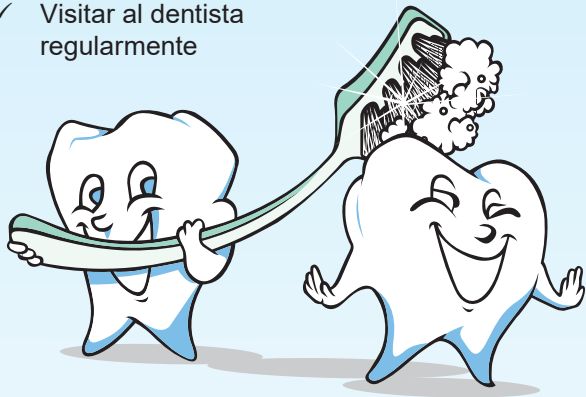


# Bienestar del Bebé

## ¿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!**

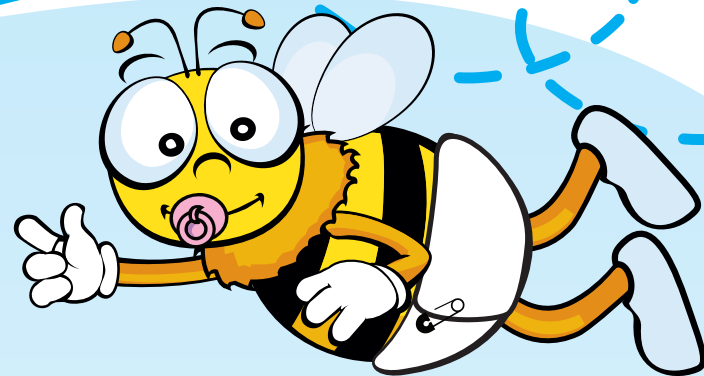
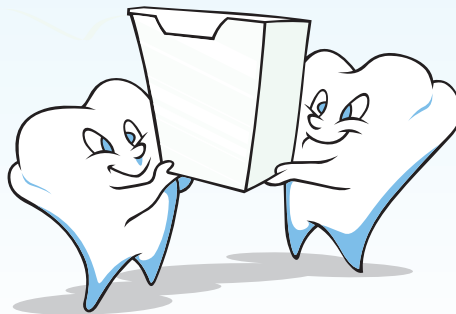
## ¿Qué Puedo Hacer Yo?

### Durante el Embarazo:

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

### Con Mi 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.
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.
- ✓ 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 a su niño 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 biberón o amamantan 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.

