

El Programa de Pasos Dentales de Tejas ¡La Salud Dental de su Bebé



Es el Primer Paso
Hacia la Salud Total!





Dulces Sueños No Necesitan Bebidas Dulces

Nunca ponga al bebé a la cama con una botella que contiene otra cosa que agua pura.

No deje que su bebé duerma con leche en la botella; los niños deben ser removidos de la mama cuando terminan alimentación.

Nunca pongan azúcar o bebidas deportivas en un biberón o una tacita.

La leche materna, fórmula, jugo y otras bebidas azucaradas tienen azúcares que al permanecer en los dientes pueden provocar caries.



Recomendaciones de Jugo de Fruta

Los niños menores de 12 meses = cero

1-3 años = máximo 4 onzas al día

4-6 años = máximo 4-6 onzas al día

7-18 años = límite de 8 onzas al día

¡Cucharada de Azúcar Puede Hacer Más Daño que Ayudar a Bajar la Medicina!



Agregar sabor a los medicamentos es una práctica común para hacer más fácil de tomar pero al igual que cualquier otro líquido azucarado que queda sobre los dientes y las encías después de beber la medicina, pueden causar caries durante la infancia.



Recuerde: Limpiar los dientes de su bebé después de dar cualquier medicamento.



Dejar que su bebé duerma con un biberón puede causar caries.





¡No Comparta!

No compartir cucharas o tenedores con su hijo.
No limpiar el chupón o el chupón de la botella con su saliva o escupir.



LIMPIEZA DE LA BOCA DEL BEBÉ

Limpie las encías de su bebé con un paño limpio y húmedo después de cada alimentación.



Cuando aparezca el primer diente, comience cepillando con el cepillo de dientes suave



Use un pequeño frotis de pasta de dientes para niños menores de 3 años.



Use una cantidad pequeña de pasta de dientes para niños de 3 a 6.

VISITAR AL DENTISTA POR SU PRIMER CUMPLEAÑOS

Su niño debe ir al dentista antes de su primer cumpleaños.



El dentista examinará para ver si todo esta normal y buscara áreas de caries durante la infancia.

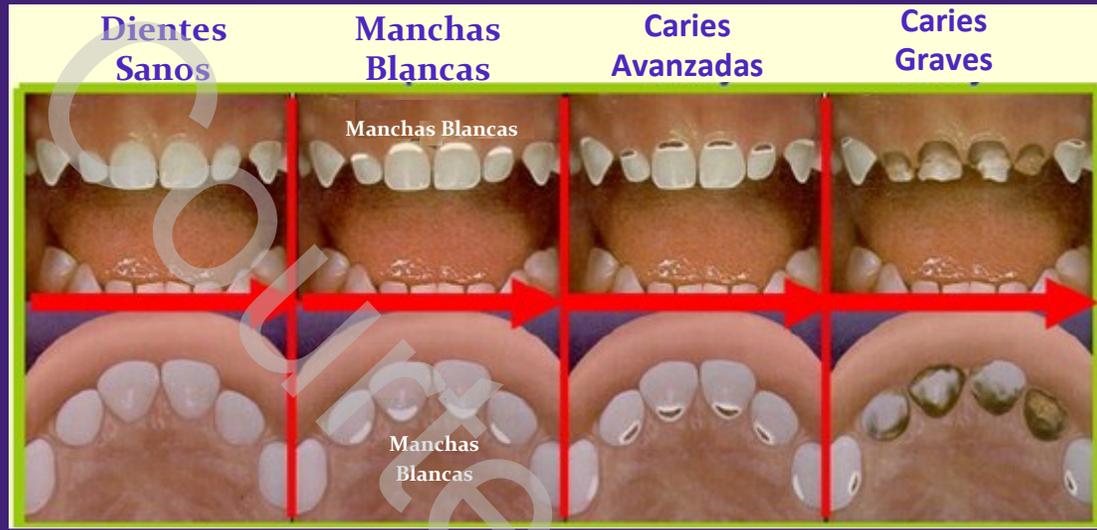
Este es también un momento para el dentista responder a sus preguntas sobre los dientes de su niño.

Los dientes de leche son importantes porque tienen un lugar para los dientes permanentes.



Dientes sanos ayudan a su niño a masticar los alimentos, hablar claramente, y tener una buena autoimagen.





Si ve manchas blancas hoy en día, vea al dentista inmediatamente!



¡Una onza de prevención dental vale la pena una vida de sonrisas!

Es recomendable proteger los dientes de su bebé con agua fluorada. Si utilizas agua embotellada, asegúrese de que tenga fluoruro comprobando la etiqueta.

Alimente a su bebé alimentos saludables como frutas y verduras—no dulces y galletas.

Los niños necesitan de sus padres o cuidadores para cepillarse los dientes hasta los 7-8 años de edad.



Siempre Cuidar de los Dientes y Encías de Su Bebé!

¡Construir una rutina nocturna saludable!

1. Cepillarse
2. Libro
3. Cama

No olvide cepillarse los dientes dos veces al día

Cepillarse, Libro, Cama, es un programa de La American Academy of Pediatrics (AAP), que tiene un mensaje sencillo y claro para los padres:

1. Todas las noches ayúdele a su niño a cepillarse los dientes.
2. ¡Léale uno de sus libros favorito (o dos)!
3. Póngalo en la cama a la misma hora todas las noches.

Tener una rutina nocturna predecible le ayudará a entender y aprender lo que puede esperar después. Además, las rutinas pueden aliviar el estrés que sufren algunas familias en la noches.