

## ¿Por qué es importante la salud de la boca y de los dientes?

Las caries dentales son la enfermedad más común en los niños que viven en los Estados Unidos. El cuidado dental a una edad temprana y de forma regular es importante. Esto puede ayudar a no tener problemas dentales caros en el futuro.

## ¿Qué pueden hacer los padres de familia?

Desde que la sale el primer diente a su bebé, le pueden salir caries. A continuación encontrará algunos consejos sencillos para que no le salgan caries a su hijo a una edad temprana.

### Desde el nacimiento hasta los 6 meses de edad:

- Nunca permita que su bebé se duerma con el biberón en la boca. No deje el biberón en la cuna del bebé cuando duerma la siesta o durante la noche.
- Limpie la boca del bebé con un paño húmedo o con una gasa después de darle de comer y a la hora de dormir.
- El flúor ayuda a que no salgan caries. Con frecuencia, se agrega al agua potable. Hable con el médico o con el dentista de su hijo sobre el flúor en el agua que beben en su casa. Si es necesario, puede comprar productos con flúor en la farmacia (sin receta médica). Pero a veces, puede ser necesario tener una receta para flúor.

### Entre los 6 meses y 1 año de edad:

- Cuando al bebé le salga el primer diente, cepíllele los dientes después de cada comida y a la hora de dormir. Use un cepillo de dientes pequeño de cerdas suaves. También debe limpiarle y hacerle masajes en las encías.
- Cuando le salga el primer diente, llame a un dentista para que le haga un examen.

### Entre los 1 y 2 años de edad:

- A partir del año de edad, lleve a su hijo con el dentista de forma regular. En la mayoría de los casos, se sugiere ir con el dentista cada 6 meses. Si cree que su hijo tiene un problema dental, llame a su dentista de inmediato.
- Los padres deben cepillarles los dientes a sus hijos dos veces al día. Use un cepillo de cerdas suaves del tamaño adecuado para la boca de su hijo. Puede ponerle un poquito de pasta de dientes con flúor al cepillo, pero no es necesario. Lo más importante es concentrarse en quitar con el cepillo el material que se junta todos los días.
- Comience a usar hilo dental en los dientes de su hijo cuando todos los dientes de leche se toquen entre sí. Esto normalmente comienza a los 2 años o 2 años y medio.

**ALERTA:** Llame al médico de su hijo, a su enfermera o a la clínica si tiene cualquier pregunta o inquietud o si su hijo tiene necesidades especiales de cuidados médicos que no se cubrieron en esta información.

**Esta hoja informativa fue creada para ayudarle a cuidar de su hijo o familiar. Esta hoja no reemplaza la atención médica. Hable con su proveedor de atención de salud sobre el diagnóstico, el tratamiento y el seguimiento.**