

no comparta bacterias...

Todos tenemos bacterias en la boca que pueden provocar caries. No pase los gérmenes de su boca a la boca de su bebé:

• **Comparta con su bebé.** Use otra cuchara para probar la comida de su bebé. Lave la cuchara de su bebé con agua.

• **Proteja su propia dentadura.** Cepílese los dientes y use hilo dental. Vea a su dentista para hacerse limpiezas y controles. Pregúntele cuándo debe visitarlo y cuánto tiempo debe durar su visita.

los dientes bebé son importantes

¿Cuándo le saldrá el primer diente a mi bebé?

El primer diente de un bebé suele aparecer entre sus **6 y 10 meses de edad**. Algunos bebés tienen su primer diente antes de los 6 meses, otros a los 17 meses.



A los 3 años un niño puede tener su dentadura completa con 20 dientes de leche. Mientras aparecen los dientes, su bebé puede tener encías sensibles. Ofrezca un anillo mordedor o un paño húmedo frío.

¡Los dientes del bebé son importantes!

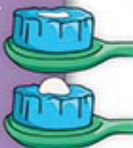
- Ayudan a su bebé a aprender cómo masticar, comer y hablar. Los dientes de leche también guardan los espacios correspondientes para los dientes permanentes.

Cuide los dientes de su bebé - prevenga los caries. Si a un niño pequeño le duele la boca se puede reducir su apetito con la consiguiente pérdida de peso.

desde el nacimiento...

limpie las encías de su bebé con una gasa o una toallita limpia y húmeda. Cuando empiezan a aparecer los dientes, comience a cepillarlos dos veces por día, una a la mañana y otra a la noche.

- Use **apenas una mancha de pasta dental con flúor** cuando su bebé sea menor de 3 años.
- Cuando su niño tenga 3 años, use **una gota de pasta dental con flúor del tamaño de una arveja**.



hágalo divertido...

- Cante una canción mientras le lava los dientes.
 - Muéstrela a su niño cómo se lava usted los dientes.
- Su hijo está aprendiendo a cepillarse los dientes, pero necesita su ayuda hasta que tenga 7 u 8 años.*

© Nutrition Matters, Inc.

¿Cuándo usar chupete?

La mayoría de los bebés les gusta usar un chupete. El chupete les ayuda a sentirse seguros y a manejar el síndrome de muerte súbita del lactante. Su bebé puede desear usar el chupete para dormir, o después de comer.

¿Cuándo para usar chupete?

Después de que su bebé tiene 1 año de edad, no para usar el chupete para comer las comidas. Después del primer mes, asegúrese de amamantarlo bien. Evite usar el chupete en sustancias azucaradas como el azúcar, miel o jarabe.



• **Beneficio en usar chupete** hasta los 12 meses de edad. La mayoría de los bebés dejarán de usarlo solos.

• **Consulte con su dentista si le preocupan los dientes de su hijo con el chupete.** Si su niño podría tener dientes cariosos si se chupa el dedo o si usa el chupete durante mucho tiempo.

flúor?

• **Evite la caries.** Pregúntele al dentista o al proveedor de servicios de la salud si su bebé necesita un suplemento de flúor.

• **Después de que su bebé deje el biberón** a los 12 meses de edad.

• **Limpiéle la boca con popote** entre comidas y, allí sólo sírvale agua.

State of Wisconsin
Department of Health Services
Division of Public Health
P-00724S (08/2014)