

# Kit de Inicio de Salud Bucal Infantil

*¡Manteniendo a tu bebé saludable desde el primer día!*



¡Estamos emocionados de ayudarlo a comenzar su viaje hacia una vida de sonrisas para sus hijos y su familia!



*Ayude a su hijo a tener dientes y encías saludables con estos **consejos y herramientas.***

## Comenzar Temprano

Antes de que le salgan los dientes de leche a su hijo, mantenga la boca y las encías limpias.

Retire cualquier resto de comida de las encías superiores e inferiores.

**Consejos para el cepillo de dientes** este folleto puede guiarlo en el cuidado de los dientes de su hijo.

## Los Dientes de Leche son Importantes

Los dientes de leche ayudan a su hijo a comer, hablar, sonreír, y desarrollarse adecuadamente. Los dientes comienzan a salir aproximadamente a los 6 meses de edad y continúan desarrollándose durante los primeros años de vida.

Un niño tiene un total de 20 dientes de leche. Estos dientes de leche guardan el espacio para los dientes permanentes que comienzan a salir alrededor de los 6 años de edad.

Los dientes de leche delanteros se aflojan primero, seguidos por los dientes posteriores alrededor de los 10 a 12 años de edad.

## Primera Visita Dental

Los niños deben visitar a su dentista poco después de que aparezca su primer diente o al año de edad. Es importante establecer una relación con un dentista desde el principio para garantizar el cuidado adecuado de la salud bucal.



## Cambiar Cepillos de Dientes

Cambie los cepillos de dientes 3-4 veces al año y nunca los comparta con otra persona. Use un **cepillo de dientes con agarre para bebés** cuando su bebé pueda sostener cosas por primera vez, y cambie a un **cepillo de dientes para niños pequeños** cuando su hijo pueda comenzar a cepillarse solo. Use un **cepillo de dientes para niños** cuando su hijo tenga mejores habilidades de cepillado y más espacio en la boca alrededor de los 5 años de edad.

## Pasta Dental



La pasta de dientes debe contener flúor según lo recomendado por la Asociación Dental Americana. Use una cantidad de pasta de dientes del **tamaño de un arroz** para el cepillo de dientes de dedo para bebés y el cepillo de dientes con agarre para bebés, y una cantidad de pasta de dientes del **tamaño de un guisante** para el cepillo de dientes para niños pequeños y el cepillo de dientes para niños.



## Reloj de Arena para los Dientes

Use un reloj de arena para lavar los dientes o cante la canción de feliz cumpleaños una vez para asegurarse de que su hijo se cepille durante dos minutos, dos veces al día, todos los días. ¡Puedes hacer que la limpieza bucal sea divertida!

- *Los productos de limpieza dental deben utilizarse solo bajo la supervisión de un adulto, ¡y las edades sugeridas pueden variar!*
- *Nunca compartas tu cepillo de dientes.*
- *Reemplace el cepillo de dientes 3-4 veces al año.*
- *¡Nunca acueste a su hijo por la noche o durante la siesta con un biberón lleno de leche o jugo!*



## Consejos para el cepillo de dientes por grupo de edad 0-2 años

### Cepillo de dedo para recién nacidos (0 - 6 meses de edad)

Ajuste sobre un dedo del adulto. Humedecer con agua y frotar sobre las encías superior e inferior para eliminar las partículas de comida. Haga esto varias veces al día y mantenga limpio el hisopo.



### Cepillo de dientes de dedo infantil (6 meses - 2 años de edad)

Se puede usar una cantidad de pasta de dientes o agua del tamaño de un arroz para eliminar la placa dental a medida que los dientes comienzan a salir. El dispositivo cabe en el dedo de un adulto.



## Consejos para el cepillo de dientes por grupo de edad 2-4 años

### Cepillo de dientes con agarre para bebés (2 - 3 años de edad)

Úselo cuando su bebé aprenda por primera vez a sostener objetos. Tiene cerdas suaves y un mango de gran agarre. Use pasta de dientes en una cantidad del tamaño de un arroz.



### Cepillo de dientes para niños pequeños (3 - 4 años de edad)

Puede ser utilizado por niños pequeños que han aprendido a cepillarse solos. Úselo junto con una cantidad de pasta de dientes del tamaño de un guisante.



## Consejos para el cepillo de dientes por grupo de edad 5-6 años

### Cepillo de dientes infantil (5 - 6 años de edad)

Es para niños más grandes con más espacio en la boca y mejores técnicas de cepillado. Úselo con una cantidad de pasta de dientes del tamaño de un guisante.



### Reloj de Arena para los dientes Tiempo y cepillado; cepillarse dos veces al día durante un total de dos minutos.



Este proyecto es patrocinado por medio de una colaboración de la Oficina de Salud de la Mujer y Servicios Familiares en el Departamento de Salud Pública de Illinois a través de fondos del Título V de HRSA.

Gracias al Departamento de Salud y Servicios Humanos de Nebraska y al Departamento de Salud Oral y Dental de Nebraska que nos permitieron adaptar su folleto sobre este tema.