

Formas de mantener contento a su hijo a la hora de acostarse

Tal vez su hijo lllore o pelee cuando usted trate de quitarle el biberón a la hora de acostarse. Los siguientes consejos pueden ser útiles:

- ♥ Déle un chupete limpio.
- ♥ Téngalo en brazos o mézalo.
- ♥ Cante o toque música.
- ♥ Use un juguete musical.
- ♥ Masajéele la espalda.
- ♥ Léale cuentos.
- ♥ Déle una manta o un juguete favorito.

Estas cosas también pueden ayudar a destetar a su hijo cuando él y usted estén listos. **Recuerde que éstos son cambios que usted hace por amor.**



¿Qué hará usted para asegurar la salud de los dientes de su hijo?

Oregon Oral Health Coalition
PO Box 3132
Wilsonville, OR 97070
971.224.1038



Ayude a su hijo a seguir sonriendo...

Prevenga las caries en la primera infancia





Prevenir la caries en la primera infancia y mantener la sonrisa de su hijo.

Los dientes de leche son importantes. Cuando se carian el niño puede sufrir dolores, problemas para hablar y comer, y una mala imagen de sí mismo. Si los dientes de leche se caen antes de tiempo, los permanentes pueden crecer torcidos o superpuestos.

Su hijo:

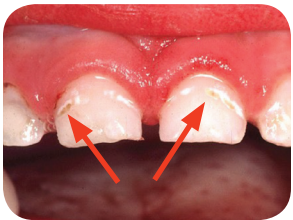
- ¿Va a la cama con un biberón lleno de leche, fórmula o una bebida dulce?
- ¿Duerme toda la noche tomando pecho?
- ¿Bebe de un biberón o taza de entrenamiento (“sippy cup”) todo el día?
- ¿Usa chupete cubierto de azúcar o miel?



Niños que hacen una o más de estas cosas son más propensos a tener caries en la primera infancia.

La caries en la primera infancia ocurre cuando líquidos que contienen azúcar se dejan en la boca de un hijo por mucho tiempo. Incluso la leche materna y la fórmula contienen azúcar.

Etapas de la caries dental



Caries Leve



Caries Moderada



Caries Severa

Comience a proteger los dientes de su hijo cuanto antes.

1. Ponga a dormir a su hijo sin el biberón. Si su hijo no se puede dormir sin el biberón, déselo con agua. Si es necesario, vaya diluyendo gradualmente hasta ofrecerle sólo agua.
2. Antes de dormir, límpiele los dientes y las encías de su bebé con un trapo limpio o con un cepillo de dientes blando.
3. Cepille los dientes de su hijo dos veces al día con un cepillo de dientes blando y una pizca de crema dental.
4. No deje que su niño beba del biberón o taza de entrenamiento (“sippy cup”) todo el día.
5. Deje de darle el biberón antes de que cumpla el primer año.
6. Después que le salga el primer diente, no lo deje dormir toda la noche tomando pecho. En lugar de esto, acuéstelo de espaldas después de darle de mamar.
7. Enseñe a su bebé a beber de una taza alrededor de los seis meses de edad. Ofrézcale agua, leche materna o fórmula.
8. Evite las sodas y otras bebidas dulces.
9. Hable con su médico o dentista para asegurar que su hijo esté recibiendo suficiente fluoruro todos los días. El fluoruro protege los dientes contra la caries.