



formar la mandíbula y el rostro y afectan la salud general de su hijo.

acerca de la dentición

- En la mayoría de los bebés, el primer diente aparece entre los 6 y 14 meses de edad.
- Como promedio, su hijo tendrá los 20 dientes de leche alrededor de su tercer cumpleaños.
- Durante la dentición, los bebés pueden sentirse molestos, no dormir y estar irritables, perder el apetito o babearse más.
- Es posible que durante la dentición los bebés busquen chuparse un dedo, el pulgar o un chupete para consolarse.
- Cuando su bebé esté irritable debido a la dentición, permita que muerda una toallita limpia y fría, una cuchara o un mordillo.
- La diarrea, los sarpullidos y la fiebre no son síntomas normales de la dentición. Si su bebé manifiesta estos síntomas, pueden ser señales de otras enfermedades; consulte con el médico de su hijo.

tabla del orden en que aparecen los dientes de leche

DIENTES SUPERIORES	APARECE	CAE
Incisivo central	8-12 meses	6-7 años
Incisivo lateral	9-13 meses	7-8 años
Canino (cúspide)	16-22 meses	10-12 años
Primer molar	13-19 meses	9-11 años
Segundo molar	25-33 meses	10-12 años
DIENTES INFERIORES	APARECE	CAE
Segundo molar	23-31 meses	10-12 años
Primer molar	14-18 meses	9-11 años
Canino (cúspide)	17-23 meses	9-12 años
Incisivo lateral	10-16 meses	7-8 años
Incisivo central	6-10 meses	6-7 años

Usted quiere hacer todo lo posible para garantizar la buena salud general de su bebé, ¿pero ha pensado en la salud dental de su bebé? Es posible que los padres piensen que el bebé recién nacido no tiene dientes, pero los dientes de leche que aparecerán en los próximos años ya están presentes cuando su hijo nace. Estos dientes son cruciales para el desarrollo dental de su hijo y son importantes para su salud. LOS PADRES MARCAN LA DIFERENCIA al limpiar los dientes de su hijo, ayudando a evitar la caries y generando buenos hábitos de higiene oral desde una edad temprana.

la importancia de los dientes de leche

Los dientes de leche de su hijo tienen el mismo propósito que sus dientes para usted: le permiten masticar y desarrollar correctamente el habla, y además afectan el aspecto del rostro. Los dientes de leche también guían a los dientes permanentes para que ocupen el lugar que les corresponde, ayudan a

lo que realmente importa:

CÓMO EVITAR LA CARIES EN LA PRIMERA INFANCIA

■ **No es el biberón, es el contenido!** La caries puede surgir tan pronto como aparecen los dientes de leche. La "caries del biberón" es la causa más común en los niños menores de 3 años. La exposición frecuente a líquidos azucarados tanto en biberones como en tazas para bebés puede causar la caries.

Los padres pueden pensar que tener caries en los primeros años no importa porque "son sólo dientes de leche". Sin embargo, los dientes de leche con caries afectan el desarrollo de los dientes permanentes que todavía no han aparecido, así como también la alimentación, el habla, la salud general y la autoestima del niño. Los dientes con caries importante no sólo causan dolor, también pueden tener como consecuencia cirugías costosas para reparar o extraer el diente. Los bebés con caries dental siempre tendrán una tendencia mayor a sufrir caries que los bebés con dientes sanos, por eso comience temprano para ayudar a garantizar una buena salud oral para su bebé.

¿QUÉ ES LO QUE OCURRE QUE CAUSA LA CARIES?

- La leche, la fórmula y el jugo contienen algún tipo de azúcar, al igual que muchos refrigerios.
- Los azúcares de estas bebidas y refrigerios se combinan con las bacterias en la boca y generan una película pegajosa llamada placa.
- Si no se limpian los azúcares de los dientes del niño, la acumulación de placa puede dañar la superficie de los dientes, lo que puede causar la caries dental.

¿QUÉ PUEDEN HACER LOS PADRES PARA EVITAR LA CARIES?

- 1 No permita que su bebé o niño pequeño se duerma con un biberón o taza para bebés llena con otro líquido que no sea agua.
- 2 Mientras su bebé tome el biberón o amamante, asegúrese de limpiarle las encías y los dientes después de cada toma. Luego comience a usar un cepillo de dientes infantil y cepille por lo menos dos veces al día, especialmente antes de la hora de ir a dormir.
- 3 Cuando el niño cumpla 1 año, deje de usar el biberón y comience a enseñarle a tomar líquidos de una taza normal.
- 4 Intente ofrecer leche y jugo solamente a la hora de la comida y de los refrigerios, para evitar que el niño tome pequeños sorbos de estas bebidas durante todo el día. Ofrézcale agua a su hijo entre las comidas y los refrigerios.
- 5 No se trata solamente de lo que los niños toman, ¡sino también de lo que comen! Muchos refrigerios populares, como los rollitos de fruta y las gelatinas de frutas contienen una cantidad adicional de azúcares que forman una película que recubre los dientes. Hasta las frutas secas, con azúcares naturales, pueden quedar adheridas sobre o entre las superficies de los dientes y hacer que resulte más difícil limpiar los dientes.
- 6 ¿Qué tipo de alimentos puede ofrecerle a su hijo como alternativa? El queso, por ejemplo, no sólo es un refrigerio sano sino que también ha demostrado combatir la caries. Los refrigerios como la gelatina, los budines y el yogurt pueden tener tanto azúcar como un rollito de frutas, pero no se pegan en los dientes durante largos períodos de tiempo porque pueden limpiarse más fácilmente.





cómo cuidar de LOS DIENTES DE SU HIJO

durante el embarazo

- Si mantiene su boca sana, su bebé tiene una probabilidad mayor de tener dientes y encías sanos.
- La ciencia indica que las madres con problemas de caries activa, problemas de encías o ambos transmiten las bacterias dañinas al bebé y hacen que sea más susceptible a la caries y a las enfermedades de las encías.
- Durante el embarazo, mantenga su boca en excelente estado. Repárese los dientes con caries. Obtenga tratamiento para las enfermedades de las encías.

nacimiento a 6 meses [antes de que aparezcan los dientes]

- Comience a limpiar la boca de su bebé a los pocos días después de nacer.

- Limpie las encías de su bebé con una toallita limpia y suave, después de cada toma. Esto retira los líquidos y alimentos con azúcares que pueden causar caries y ayuda a su bebé a acostumbrarse a que le limpien y revisen la boca.

entre 6 meses y 1 año [al aparecer los dientes]

- Apenas aparezcan los dientes, comience a cepillar suavemente con un cepillo de cerdas blandas diseñado para niños con agua o pasta de dientes infantil. Espere a que el niño pueda escupir para usar pasta de dientes fluorada.
- Revise los dientes de su hijo mensualmente para detectar cualquier cambio o indicios de caries.
- Se recomienda que se realice al niño un examen dental al cumplir su primer año de vida. Si su dentista no se siente cómodo para examinar a su hijo, pídale que le recomiende un dentista pediátrico. El pediatra también puede evaluar si el niño corre riesgo alto de padecer caries dental y remitirlo a un dentista.

entre 1 año y 3 años [al aparecer los dientes]

- Entre los 2 y 4 años, la mayoría de los niños tendrá entre 12 y 16 dientes. Si bien el niño es cada vez más independiente, continúa necesitando la ayuda de los padres para cepillarse los dientes correctamente.
- Cepille los dientes de su hijo por lo menos dos veces al día, especialmente antes de ir a dormir.
- Para los niños mayores de 3 años, use una cantidad de pasta de dientes fluorada semejante al tamaño de un chicharro (elija una pasta de dientes que luzca el sello de la Asociación Dental de E.UU.).
- Comience a emplear el hilo dental cuando dos de los dientes de su hijo comiencen a tocarse.
- Sustituya el cepillo de dientes de su hijo cuando las cerdas comiencen a doblarse.
- Revise los dientes de su hijo mensualmente para detectar algún cambio.
- Las manchas o líneas blancas en la parte delantera o trasera de los dientes son indicios del inicio de caries. Consulte con un dentista de inmediato para evitar que la caries empeore.
- Coordine chequeos dentales para su hijo en forma regular.

chuparse el pulgar y chupetes

Chupar es un reflejo natural que consuela a los bebés y niños pequeños. La mayoría de los niños deja gradualmente el hábito de usar el chupete o de chuparse el pulgar entre los 2 y 4 años de edad.

Es mejor si los niños dejan de usar el chupete a los 18 meses de edad. Chupar intensamente después de esta edad puede causar problemas en el desarrollo bucal y distorsionar permanentemente la forma de la mandíbula y la alineación de los dientes.

Chupar el pulgar y el chupete puede afectar los dientes básicamente de la misma forma. Sin embargo, el hábito de usar chupete es generalmente más fácil de romper porque usted se lo puede quitar. Dejar de chuparse el pulgar es un hábito que el niño sólo podrá dejar cuando esté listo.

Si tiene alguna inquietud sobre chuparse el pulgar o el uso del chupete, consulte con su dentista.



start right

LOS PADRES MARCAN LA DIFERENCIA

una guía práctica para la
salud dental de su bebé

UN PROYECTO DE LA
FUNDACIÓN DENTAL DE MISSOURI

SUBSIDIARIA DE BENEFICENCIA DE LA
ASOCIACIÓN DENTAL DE MISSOURI

comprometida a prestar los cuidados de más alta calidad para el público
(573) 634-3436 © 2006 MDA

obtenga más información sobre la salud bucal en www.modental.org

La información en este folleto fue proporcionada por la Fundación para la Salud de Missouri. La Fundación para la Salud de Missouri es una organización benéfica que opera sin fines de lucro y no tiene fines de lucro. La información en este folleto es para fines educativos y no debe ser utilizada como consejo médico.