

Consejos para el Cuidado de la Salud Bucal del ToothFairy

¡Siga estos simples pasos para disfrutar una sonrisa saludable y sin dolor todos los días del año!

1. Todos los niños deben visitar al dentista antes de cumplir el primer año de edad, y es posible que los niños que tienen necesidades especiales requieran citas más temprano y con más frecuencia.
2. Compre un cepillo dental al menos cada tres meses y después de cada enfermedad para evitar la prolongación de bacteria y gérmenes.
3. Coma bastante meriendas saludables que no dañen los dientes tales como fruta, verduras, queso y yogurt. Evite meriendas ricas en almidones y pegajosas que pueden pegarse a los dientes y causar caries.
4. Desde el nacimiento, límpiele las encías a los bebés con un paño húmedo o con un cepillo suave y agua tibia luego de cada comida y revise las encías/dentadura de su niño diariamente.
5. Evite la propagación de bacteria dañina a los bebés lavando los chupetes en agua tibia con jabón; nunca “limpie” un chupete o la tetina del biberón con su boca.
6. Los niños sólo deben jugar en patios de recreo que estén rodeados de superficies suaves como arena suelta, mantillo de madera o tapetes de goma especiales para evitar peligrosos traumas dentales.
7. Pregúntele a su dentista o pediatra si es recomendable que su niño use pasta dental o barniz con fluoruro, enjuague bucal o suplementos.
8. Si se le afloja un diente permanente debido a algún trauma dental, regréselo a su lugar o póngalo en leche y vaya inmediatamente a la oficina de su dentista.
9. Los aparatos ortodóncicos deben ser limpiados diariamente utilizando un baño para limpiar dentaduras y enjuagados completamente antes de ser reintroducidos en la boca.
10. Dale un vistazo a los productos con xilitol como una alternativa a los dulces cargados de azúcar!
11. **¡Y, por supuesto, hay que cepillarse y usar hilo dental dos veces al día y visitar al dentista cada seis meses! Los niños de hasta 6 años en adelante deben usar un enjuague con fluoruro.**

**¡Visite www.AmericasToothfairy.org
para obtener buenos consejos y divertidas actividades sobre la salud bucal para
toda la familia!**

Nuestros subscriptores corporativos en gastos de operaciones y programas asegura que el 100% de la contribución va directamente a los programas de salud oral