

## La salud bucal en el bebé

Los dientes de leche (bebé) son importantes. Guardan el sitio para los dientes permanentes. Cuando se pican, el niño podría sentir dolor, tener problemas para comer y hablar, así como una imagen negativa de sí mismo.

El primer año de la vida de su bebé es una etapa excelente para practicar hábitos sanos que usted quiere que su bebé aprenda conforme va creciendo.

Lista de verificación para una boca saludable en el bebé:

- Límpiele los dientes de leche y las encías con un paño húmedo limpio o con un cepillo de dientes pequeño, de cerdas blandas, después de cada comida.
- Consulte con su médico o dentista para asegurarse de que el bebé esté recibiendo suficiente flúor todos los días. El flúor protege contra la caries.
- Saque una cita para que su bebé vaya al dentista cuando le brote el primer diente, a 1 año de edad como máximo.
- Si acuesta a su bebé con un biberón, que sea sólo de agua.
- Ofrézcale a su niño las bebidas en taza a partir de los 6 meses de edad.
- Cuando su bebé empiece a comer alimentos sólidos, opte por los que no contienen azúcar.
- Las bacterias que producen la caries pueden transmitirse de boca a boca.
- Si usted le va a dar un chupón a su bebé, no se lo coloque en la boca antes de dárselo.

La hermosa sonrisa del bebé emerge incluso antes de que le broten los dientes.

Cosas que quiero hacer para mantener la boca de mi bebé saludable:

1.

---

2.

---

Para obtener más información

***Oregon Public Health Division***  
**(División de Salud Pública de Oregon)**  
***Office of Family Health Oral Health Program***  
**(Programa de Salud Bucal de la Oficina de Salud Familiar)**

<http://public.health.oregon.gov/PHD/OFH/ORALHEALTH>  
971-673-0348