



¿Cómo se pueden prevenir las caries dentales?

- No deje que su niño consuma bebidas dulces todo el día.
- Entre comidas, dele agua para beber.
- No permita que el bebé se quede dormido con un biberón con leche, jugo o ninguna otra bebida dulce.
- Revise los dientes de su niño levantando sus labios y buscando signos de caries, como manchas blancas. Haga una cita dental si descubre cualquier señal de caries o si tiene dudas.
- Evite pasarle saliva a su niño. No use los mismos cubiertos como cucharas, tenedores o popotes (pajitas).
- Hable con el pediatra o el dentista de su niño sobre posibles tratamientos para barnizarle los dientes con flúor.
- Lleve a su bebé al dentista antes de que cumpla un año para que le hagan su primera revisión dental.

¿Cuándo tengo que empezar a lavarle los dientes a mi niño?

- Comience a cuidarlo desde el nacimiento. Límpirole las encías con un cepillo de dientes suave especial para bebé, o con gasa de algodón, o una tela y agua tibia.
- Cuando aparezcan los dientes de leche, use un cepillo de dientes con cerdas suaves especial para bebé dos veces al día, y asegúrese de limpiar toda la comida y placa de su boca. La placa es una capa transparente y pegajosa que se forma sobre los dientes.

¿Cuándo tengo que comenzar a lavarle los dientes a mi niño con pasta con flúor?

- Pregúntele al dentista de su niño antes de comenzar a usar pasta de dientes con flúor.
- El flúor fortalece la superficie de los dientes, lo que hace que sea más difícil que se le forme placa.
- Puede ser que el dentista o pediatra recomiende que a su niño se le barnicen los dientes con flúor.



Caries de Biberón

La prevención de las caries en la primera infancia



¿Qué son las caries de la primera infancia?

Son las caries que aparecen en los dientes de leche y también se les conoce como "caries de biberón". Son comunes en los niños menores de 5 años, por lo que prevenirlas y darles tratamiento a tiempo, son cruciales para que los niños tenga una buena salud oral.



¿Cómo se desarrollan las caries?

El contacto continuo con azúcares puede dañar la superficie de los dientes, lo que puede provocar caries.

- Las bebidas y alimentos nutritivos como la leche, leche materna y jugos de fruta contienen azúcares naturales. Cuando un niño se duerme con una botella de leche, o constantemente está tomando jugos o comiendo bocadillos con azúcar, las bacterias comienzan a crecer en sus dientes.

Los niños pueden infectarse con las bacterias que causan caries en los dientes.

- Todas las personas que han tenido caries en su vida pueden pasar las bacterias a los niños con su saliva, al usar las mismas cucharas, tenedores o popotes (pajitas).

En la primera etapa de la caries, se puede observar un color blanco tiza a lo largo de la línea de las encías de los dientes. En esta etapa, puede ser reversible con una buena higiene oral y el uso de pasta dental con flúor.



¿Por qué son importantes los dientes de leche?

- Cuando un niño tiene dientes sanos, puede aprender a hablar con claridad, a masticar su comida y a reservar el espacio para los dientes permanentes
- Las caries dentales pueden ocasionar dolor, dificultades para comer, infecciones en los dientes y provocar que los niños pierdan días escolares.

¿Cuándo es recomendable que le deje de dar botella a mi bebé?

- Entre los 12 y 15 meses para ayudarlo, enséñele a tomar con una taza con boquilla en la tapa o con un popote duro (pajita).

¿Cuándo tengo que llevar a mi bebé a su primera consulta dental?

- Dentro del primer año de vida o cuando se inicia la erupción del primer diente.
- El primer diente de su bebé saldrá entre 6 y 12 meses de edad.

