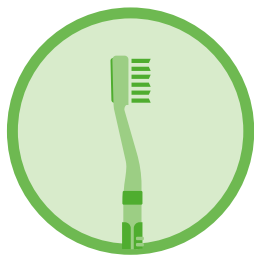




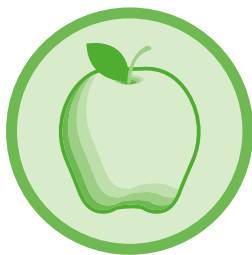
La salud bucal de los niños

Los hábitos básicos son clave para una mejor salud bucal y general.

Estas son algunas sugerencias para mantener saludables los dientes de sus hijos.



Aliente el cepillado de los dientes durante dos minutos, dos veces por día, y el uso del hilo dental una vez por día. Proporcione ayuda de ser necesario hasta que los niños puedan hacerlo solos.



Las **comidas nutritivas** no solo son buenas para el cuerpo en crecimiento de los niños, sino también para la salud de sus dientes.



En las **visitas regulares al dentista** pueden detectarse problemas antes de que se vuelvan costosos y dolorosos, y la mayoría de los cuidados preventivos tienen cobertura de muchos planes de seguros dentales básicos.



Piense en sus bebidas al limitar las bebidas azucaradas y, si tiene acceso a agua del grifo fluorada, esa siempre es la mejor elección para los dientes saludables.



Si su dentista lo recomienda, utilice **cuidados preventivos orales** para niños, incluido el tratamiento con fluoruro y el uso de selladores dentales. Estos crean barreras protectoras contra las caries dentales en los dientes de los niños.

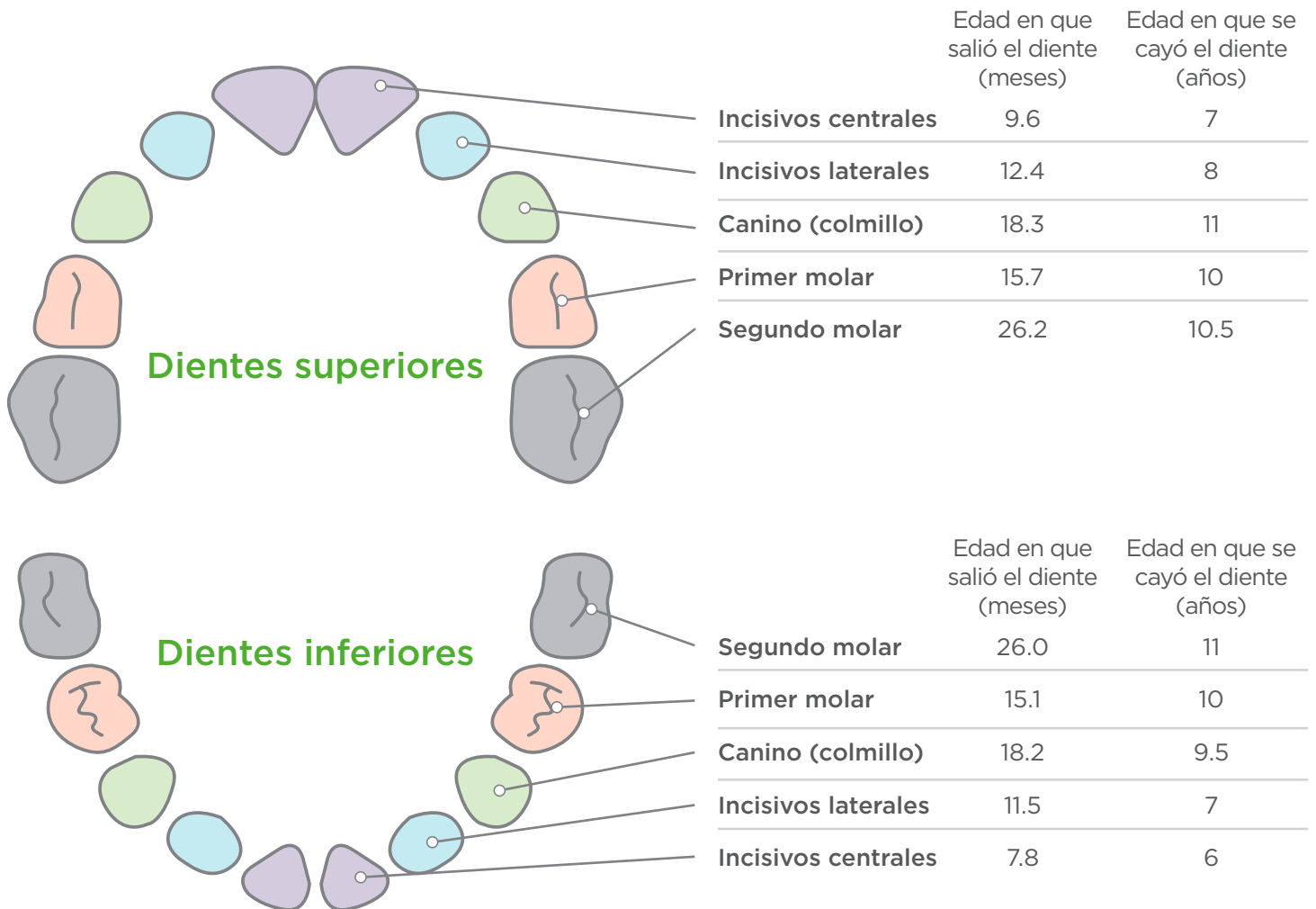


Aliente a su hijo a usar un **protector bucal** cuando participe en actividades o deportes de contacto.



Recuerde que los niños **tienden a seguir el ejemplo**, por eso, asegúrese de reforzar las conductas positivas dando usted el ejemplo.

¿Cuándo le saldrán los dientes de leche a su hijo?



Obtenga más información sobre la conexión que existe entre su salud bucal y su salud general en: DeltaDentalMN.org

DDMN.1.16.18



Delta Dental of Minnesota