



Salud bucal de los niños

¡Los hábitos básicos son clave para tener dientes saludables!



Qué hacer

Para gozar de una buena salud bucodental durante toda la vida, es esencial tener una buena base. Ayude a su hijo a cepillarse los dientes y a utilizar el hilo dental todos los días hasta que pueda hacerlo por sí mismo. Fomente que su hijo lleve un protector bucal durante las actividades de contacto, y recuerde que los niños aprenden con el ejemplo: ¡así que asegúrese de reforzar una buena conducta al demostrársela usted mismo!



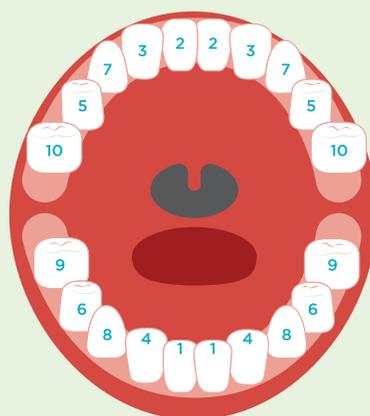
Qué comer

Las comidas nutritivas no solo son saludables para el cuerpo en crecimiento de los niños, sino también para sus dientes. Esto significa que los padres deben priorizar los hábitos de alimentación saludables. Los alimentos y las bebidas con bajo contenido de azúcar ayudan a prevenir las caries en los niños. Fomente el consumo de agua del grifo con flúor en lugar de refrescos, jugos u otras bebidas con azúcar.



Atención preventiva

La atención preventiva es fundamental para mantener una boca sana. Las visitas regulares de los niños al dentista suelen consistir en atención preventiva, como selladores y tratamientos con flúor, que protegen los dientes infantiles de las caries. La mayor parte de la atención preventiva está cubierta por muchos seguros dentales básicos.



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

Entre los 4 y los 7 meses empezarán a salir los dientes. A los 3 años, el niño ya tendrá los 20 dientes de leche. En la imagen de la izquierda se indica el orden en que suelen salir los dientes de leche.



The Power of Smile™

Obtenga más información sobre cómo la salud bucal se conecta con la salud general en:
DeltaDentalMN.org