

Cuidados dentales del bebé

Para tener una boca saludable, hay que comenzar temprano. Incluso antes de que a su bebé le salgan los dientes, es importante que comience con una rutina de cuidados para la boca. Una vez que los dientes comienzan a salirle, alrededor de los 6 meses, deberá agregar otros pasos a esa rutina. Las caries en los dientes de los bebés pueden provocar problemas que lo afectarán por mucho tiempo.

¿Por qué es importante el cuidado de la boca de su bebé?

Los alimentos y las bebidas se mezclan con las bacterias y forman una sustancia pegajosa sobre los dientes, llamada "placa". Las bacterias de esta placa producen un ácido que desgasta el recubrimiento duro de los dientes (el esmalte). Esto se conoce como caries. Un buen cuidado bucal previene que esa placa pueda formarse sobre los dientes y ocasione caries.

¿Por qué es importante que los dientes de los bebés estén sanos?

- En los bebés, los dientes guardan los espacios para los dientes adultos. Si uno de los dientes de leche se daña o se cae mucho antes de lo debido, puede que el espacio que mantenía para el diente adulto se cierre. Más adelante, su hijo podría necesitar un tratamiento de ortodoncia para corregir eso.
- Un diente de leche infectado puede hacer que el diente adulto que está debajo tenga un desarrollo deficiente. Esto puede provocar manchas, caries y un diente adulto debilitado.
- Los dientes de leche son importantes para el desarrollo del habla. También son importantes para que su hijo pueda masticar la comida correctamente y recibir la nutrición adecuada.

Prevenga las caries



Desde el nacimiento hasta los 6 meses:

- Limpie la boca y las encías de su bebé después de cada comida y antes de que se vaya a dormir. Use agua y un paño delgado o una gasa. También puede usar un cepillo de dientes infantil de cerdas blandas.
- Consulte con el proveedor de atención médica de su hijo respecto del uso de flúor. El flúor previene las caries. En muchos lugares, se agrega flúor al agua de la red. Si eso no sucede en el área donde usted vive, puede que su bebé necesite suplementos de flúor.

Entre 6 y 12 meses:

- Los primeros dientes de un bebé aparecen alrededor de los 6 meses de edad. Lleve a su bebé al dentista pediátrico entre los 6 meses y hasta que cumpla el primer año.
- Cepílle los dientes después de cada comida y antes de dormir con un cepillo pequeño de cerdas suaves y con pasta dental con flúor. La cantidad de pasta dental utilizada no debe superar el tamaño de un grano de arroz.
- Pregúntele a su dentista acerca de la aplicación de barniz de fluoruro, el cual puede aplicarse en los dientes cada 3 a 6 meses.
- Use hilo dental para limpiar la boca de su bebé todos los días. Esto elimina las bacterias y la placa que pueda haber entre los dientes y debajo de las encías.
- No lleve a su bebé a dormir con un biberón de leche, fórmula ni jugo. Esto puede provocarle caries en los dientes.
- Haga que su bebé deje el biberón y comience a usar tazas para cuando cumpla el primer año.

Cuándo llamar al dentista

Llame al dentista de su bebé en los siguientes casos:

- Los dientes están torcidos o no aparecen
- Nota puntos marrones o negros en los dientes
- Se le salió un diente debido a un golpe