

Niños –Seguridad primero

Caídas y tropiezos cuando se aprende a caminar pueden dañar dientes recién salidos.

Prevenga caídas y daño a los dientes:

- Rejas de seguridad en las escaleras.
- Use asientos de seguridad en el carro TODO el tiempo.
- Use cascos cuando anden en bicicleta o triciclos.
- Use cinturón de seguridad en los carritos del supermercado.
 - ✓ Nunca deje a los niños sin supervisión.

Proteja a los niños que empiezan a caminar muy pronto de lesiones:

- Remueva muebles con orillas puntiagudas.
- Este preparado (a) para estabilizar con una mano.

Accidentes suceden.

- Tenga a un dentista establecido al cual pueda llamar o visitar.



Recursos para el cuidado dental de los bebés

Llame al 2-1-1

Snohomish Health District

www.snohd.org

425.339.5219 (mensaje grabado)

A su alcance

www.parenthelp123.org

Elegibilidad en el internet para cobertura médica y dental.

Snohomish Health District
Healthy Communities and Assessment
Oral Health Program
3020 Rucker Avenue, Ste 206
Everett, WA 98201-3900
425.339.5219

PUBLIC HEALTH
always working for a safer & healthier
SNOHOMISH COUNTY

DEN062SP_Oral_Health_Age_2-3Yr_Spanish_08_2013_pac

Salud Oral para 2 y 3 Años de Edad.



Lo que los PADRES necesitan saber

 **SNOHOMISH HEALTH DISTRICT**
WWW.SNOHD.ORG

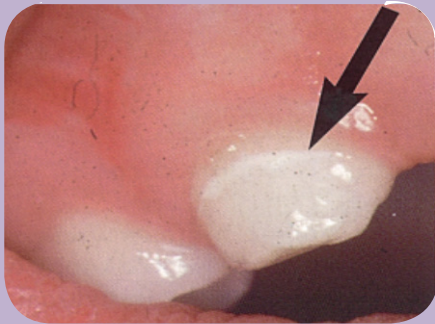


Niños

Para los 3 años de edad, la mayoría de los niños tensarán su primer juego de dientes. Los dientes de leche no se pierden hasta los 10-12 años de edad.

Dientes Saludables de Bebe+ Dientes Saludables de Adulto

Algunos niños tienen caries.



Caries a una edad temprana

Inspecciona los dientes de tu niño.

- Levanta el labio.
- Si observas manchas en la orilla de la encía, haz una cita con el dentista.

Prácticas Alimenticias

- Biberón después de los 14 meses?
 - ✓ Pregúntale a un experto acerca del destete.
- Pecho después de los 24 meses?
 - ✓ Alimentos y bebidas frecuentes pueden ser asociados con caries.

Creciendo - Comiendo Juntos

- Comer es una tradición familiar.
 - ✓ Siéntense juntos a comer
- Permita que los niños se sirvan y coman por sí mismos.
- Sirva comida variada.
- Ofrezca comida que los niños puedan levantar.
- Evite comer continuamente. Sirva 3 alimentos y 2 bocadillos durante el día.
- Ofrezca bocadillos con alimentos de dos grupos diferentes de alimentos:
 - ✓ Cereal y leche
 - ✓ Pan y crema de cacahuete
 - ✓ Queso y galletas



Chupones y chupar el dedo

- Mantenga el chupón fuera de la vista cuando el niño no lo esté usando.
 - ✓ Pregúntele a su dentista como parar a la edad de 4 años.

Limpiando los dientes de su bebe

- Cepille los dientes de su niño hasta los 7 u 8 años de edad.
- Niños no se cepillan los dientes bien por sí solos.
- Permita que los niños se cepillen los dientes también en cuanto puedan sostener el cepillo de dientes.
- Cepille los dientes usando no más del tamaño de un chícharo de pasta dental con fluoruro cuando su niño tenga dos años de edad.

Pregúntele a su dentista acerca de:

- El riesgo que tiene su niño en cuanto desarrollo de caries
- Si tiene riesgo de desarrollar caries
 - ✓ Si es pequeño suplementos de fluoruro
 - Fluoruro en el agua para tomar
 - ✓ Tratamientos de fluoruro