



¡Los dientes de leche son importantes!

Baby Teeth are Important!

Las caries son un problema serio que pueden destruir los dientes de leche de un niño. Es la enfermedad más común de la primera infancia. Las caries pueden empezar tan pronto aparecen los dientes en la boca, y pueden causar dolor e infecciones. Es la razón principal por la cual los niños son operados. Todo niño/niña corre el riesgo de tener caries, pero **puede ser evitado**.

Los Niños necesitan dientes de leche sanos para:

- Masticar y comer alimentos
- Dormir bien
- Crecer y desarrollarse
- Sonreír y sentirse bien sobre su apariencia
- Hablar bien
- Tener dientes adultos (permanentes) sanos

Utilice esta guía para chequear el frente, la parte de atrás y la parte superior de todos los dientes cuando los cepilla

Dientes de leche sanos



Los dientes están limpios y las encías son rosadas.

Para información sobre cómo ocurren las caries, lea la parte trasera de esta página.

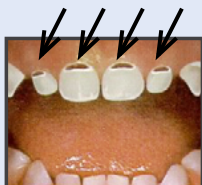
Las caries tempranas



Las líneas blancas en los dientes cerca de las encías podrían ser el comienzo de caries.

Para información sobre cómo prevenir las caries, lea la parte trasera de esta página.

Caries



Las caries aparecen como áreas amarillas, marrones o negras.

Es probable que los niños/as no puedan expresar su dolor de dientes.

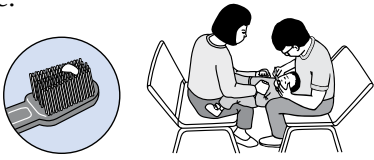


Algunos de los dientes de leche no se caen hasta los 12 años. Las caries pueden pasar de los dientes de leche a los dientes de adultos.

**Cuando los niños/niñas tienen caries, no son saludables.
Si usted cree que su hijo/hija tiene caries de cualquier tipo,
visite un dentista inmediatamente.**

Para encontrar un dentista consulte en: www.bcdental.org

Para que haya caries se necesitan 4 cosas: dientes, bacteria (gérmenes), azúcar (de alimentos y bebidas) y tiempo

¿Cómo ocurren las caries?	¿Cómo se previenen las caries?
<ul style="list-style-type: none"> • Los bebés no nacen con la bacteria que causa caries. La bacteria se puede pasar de persona a persona. • Si los dientes no se cepillan regularmente, la bacteria permanece en los dientes demasiado tiempo. • La bacteria usa los azúcares y el almidón (de alimentos y bebidas) para producir un ácido suave que daña los dientes. A lo largo del tiempo este daño puede convertirse en una carie. 	<ul style="list-style-type: none"> • Todos los miembros de la familia necesitan cuidado bucal diario y chequeos dentales para prevenir la diseminación de la bacteria al bebé. • Tan pronto aparecen los dientes, cepille todas las superficies del diente dos veces por día con un cepillo de dientes suave. • Cepille con pasta de dientes con fluoruro del tamaño de un grano de arroz para mantener el esmalte de los dientes fuerte y revertir las caries.  <p>Para ver un video sobre cómo cepillar, vaya a www.vch.ca/dental-health-children, 'Tooth Brushing for children three and under – The knee-to-knee technique'.</p>
<ul style="list-style-type: none"> • Una vez que aparecen los dientes en la boca, el uso regular de una botella que contiene cualquier otro líquido que no sea agua a la hora de dormir/durante la noche, podría causar caries. • El beber sorbos que no son agua y comer refrigerios a lo largo del día podrían causar caries. 	<ul style="list-style-type: none"> • Empiece a servir bebidas en una taza destapada después de los 6 meses. Después de los 12 meses, ofrezca todas las bebidas en una taza. • Prepare un horario para las comidas y los refrigerios. • Limite los alimentos pegajosos y azucarados y las bebidas dulces. • Cuando su hijo/hija tiene sed entre comidas y refrigerios, dele agua. <p>Para ver sugerencias sobre cómo parar el hábito del biberón después de los 12 meses, vea VCH Bye Bye Baby Bottle en http://vch.eduhealth.ca.</p>

Para mayor información consulte www.vch.ca

Debajo de 'Your Health', haga clic en 'Infants'. Desplace hacia abajo y haga clic en 'Dental Health'.

Lleve a su bebé al dentista cuando haya cumplido un año.

El dentista hará un chequeo de los dientes de su hijo/hija, le proporcionará apoyo con el cepillado y le aplicará barniz de fluoruro a los dientes.

¡Cuide sus propios dientes también!



¿Sabe usted sobre el seguro dental del gobierno para los niños?

Los niños de familias que reciben asistencia social o MSP Premium Assistance pueden calificar para recibir cuidado dental básico a través de BC Healthy Kids Program. Para mayor información llame al 1-866-866-0800 o visite: www.sdsi.gov.bc.ca/publicat/bcea/HealthyKids.htm.

Otras páginas de información sobre la crianza de su hijo/hija se encuentran disponibles en su Centro/Oficina de Salud Comunitaria local o en línea en <http://vch.eduhealth.ca>.

Para mayor información:

- HealthLink BC –Marque el 8-1-1. Hay servicios de traducción disponibles en 130 idiomas. www.healthlinkbc.ca
- o el Programa Dental de Salud Pública o una Enfermera de Salud Pública en Vancouver Coastal Health. www.vch.ca
- VCH Parenting Website - <http://parenting.vch.ca/>

Para más copias, consulte en línea a <http://vch.eduhealth.ca> o al correo electrónico pheem@vch.ca y mencione el Catálogo No. **FJ.100.5.E27.SP**

© Vancouver Coastal Health, octubre de 2016

La información en este documento está destinada solamente a la persona a quién fue entregada por el equipo de cuidados de salud.
www.vch.ca