

# La salud dental de los bebés



*A la mayoría de los bebés, los dientes de leche les empiezan a crecer entre los 6 y 12 meses de edad. Tal vez se sorprenda al aprender que ¡al momento que aparezca el primer diente, está vulnerable a las caries infantiles! Las caries pueden ocasionar dolor y otras infecciones. He aquí algunos consejos para proteger los dientes de su bebé, sin importar si le da el pecho o el biberón.*

## **Tenga presente que las caries son invisibles al principio.**

- Los dentistas están de acuerdo que los líquidos dulces que se pegan a los dientes de un bebé—incluso la leche materna, la fórmula para bebés o el jugo—crean un lugar perfecto para que crezcan las bacterias que producen caries. Estas se llaman también “caries de biberón” o “caries de la primera infancia”.
- El dentista tal vez quiera ver a su bebé cuando le sale el primer diente o después del primer cumpleaños. Si se ven hoyos o manchas de color café claro, oscuro o negras en un diente de leche, sobre todo uno de enfrente, lleve a su bebé al dentista cuanto antes. Puede que el niño ya tenga caries.

## **Ayude a proteger a su bebé de las caries.**

- Aparte al bebé del pecho suavemente o quítele el biberón de su boca inmediatamente si se duerme mientras está comiendo. Si el biberón se queda en la boca del nene mientras duerme, el líquido dulce puede acumularse alrededor de los dientes.
- Ofrezca un biberón de agua fría entre las comidas regulares si el niño tiene sed o quiere un biberón para consolarse. Recuerde que el agua de beber que contiene la cantidad adecuada de flúor puede ayudar a prevenir las caries. Evite ofrecer los jugos, refrescos con gas o refrescos hechos por mezclar el polvo endulzado con agua en un biberón.
- Evite los biberones que parecen botellas de refrescos con gas. Estos podrían influir en un niño a escoger tales refrescos cuando está mayor—una decisión que puede ser muy dañosa para los dientes.
- Empiece a enseñar a su bebé a beber de una taza con agua o jugo poco después que le brota el primer diente. ¡Tal vez necesite mucha práctica! Las tazas para niños que no derramen, con pajitas plegables, sirven bien. Muchos dentistas creen que este diseño impide que los líquidos dulces entren en contacto con los dientes, en comparación con otras tazas que no se derraman.
- Evite los pacificadores cubiertos de cualquier cosa dulce.

## **Cuide bien la boca de su bebé.**

- Limpie la leche materna, la fórmula, el jugo o cualquier líquido dulce de los dientes y las encías de su bebé para reducir el riesgo de caries.
- Limpie suavemente las encías del bebé con agua una vez al día, antes que tenga dientes. Use una pieza de gasa o paño para lavar limpio y mojado, o una cepilla de dientes suave para bebés. Se puede crear un tiempo agradable al sonreír y platicar al bebé: “¡Es así que te limpiamos la boca!”
- Cuando sale el primer diente, cepille los dientes muy suavemente al menos una vez al día. Pregunte al dentista sobre el mejor momento de empezar a usar la pasta para dientes.

---

**English Title: Dental Health for Babies**



29 Children's Research Center  
51 Gerty Dr. • Champaign, IL 61820-7469  
Teléfono: 217-333-1386 • Fax: 217-244-7732  
Gratis: 877-275-3227 (Voz/TTY)  
Email: [iel@uiuc.edu](mailto:iel@uiuc.edu)  
Internet: <http://illinoisearlylearning.org>

Illinois State Board of Education