

# Todos los Niños Merecen una Sonrisa Saludable



**No permita que las pequeñas caries se conviertan en grandes problemas. Las caries que no se tratan en niños pequeños pueden provocar problemas para comer, hablar, jugar y aprender. A continuación, se presentan algunos consejos para lograr una sonrisa saludable en bebés y niños pequeños:**



## Bebés

- ✓ Utilice un paño húmedo para limpiar las encías de su bebé con suavidad después de cada comida hasta que le empiecen a brotar sus dientes.
- ✓ Comience a cepillarle los dientes en cuanto erupcione el primer diente. Utilice agua y un poco de pasta de dientes con fluoruro (del tamaño de un grano de arroz).
- ✓ Cuando a su bebé le brote su primer diente, el PCP o el dentista pueden aplicarle un barniz de fluoruro para prevenir las caries (consulte a continuación). Esto se debe realizar cada tres o seis meses.
- ✓ Adquiera el hábito de llevar a su bebé al dentista cada seis meses.
- ✓ Comience a utilizar hilo dental cuando disminuya el espacio entre los dientes de su bebé y empiecen a tocarse.
- ✓ Los niños de 2 a 6 años se deben cepillar los dientes dos veces al día durante dos minutos. Utilice una cantidad de pasta de dientes con fluoruro del tamaño de un guisante. Asegúrese de que los niños no traguen demasiada pasta de dientes.



## Niños de todas las edades

- ✓ Fomente el consumo de bocadillos saludables y la ingesta de agua. El azúcar y el ácido de los jugos de frutas, los bocadillos, las bebidas deportivas y los dulces pueden dañar los dientes del niño. Ofrezca bocadillos que contengan calcio, como el queso y el yogur bajo en azúcar.
- ✓ Cambie el cepillo de dientes de su hijo cada tres o cuatro meses.
- ✓ Pregúntele al dentista de su hijo sobre *geles* o *barnices dentales*. Estas sustancias especiales se aplican en la superficie de los dientes de su hijo para ayudar a prevenir la caries. Esto es muy importante si su hijo bebe agua embotellada, que puede no tener fluoruro.
- ✓ No deje de acudir a sus consultas dentales cada seis meses.

*(continúa en el reverso)*





### Estamos Juntos en esto

WellCare of Kentucky se encuentra a su disposición para satisfacer todas las necesidades dentales de su familia. Podemos ayudarle a encontrar un dentista, actualizar su hogar dental u obtener una cita. También podemos ayudarle a responder a sus preguntas. Solo llame al **1-855-704-0432** (TTY: **711**). Atendemos de lunes a viernes, de 7 a.m. a 7 p.m., hora del este.

*Fuentes: Centers for Disease Control and Prevention, United States Preventative Services Taskforce*

WellCare of Kentucky cumple con las leyes federales aplicables sobre derechos civiles y no discrimina por motivos de raza, color, nacionalidad, edad, discapacidad o sexo.

ATTENTION: If you speak English, language assistance services, free of charge, are available to you. Call **1-877-389-9457** (TTY: **711**).

ATENCIÓN: Si habla español, contamos con servicios de asistencia lingüística que se encuentran disponibles para usted de manera gratuita. Llame al **1-877-389-9457** (TTY: **711**).

注意：如果您說中文，您可以免費獲得語言援助服務。請致電 **1-877-389-9457** (TTY : **711**)。



Más allá del cuidado de la salud. Mejores personas.