

Caries de temprana edad

Una alimentación inadecuada puede causar caries en los primeros dientes de tu niño, aunque cuides su higiene oral todos los días.

Cuando el bebé se alimenta activamente, traga el alimento. El movimiento de los músculos faciales y el flujo de saliva ayudan a limpiar los dientes.

Sin embargo, cuando el bebé ha satisfecho sus necesidades nutricionales y sigue alimentándose, la succión se convierte en una actividad pasiva. En este caso, el líquido no se traga y se adhiere a los dientes, especialmente a los dientes frontales, donde el azúcar que contiene se convierte en ácido, causando caries.



Visita al dentista

Saca una cita con tu dentista tan pronto sepas que estás embarazada y visítalo antes de que nazca tu bebé.

Recursos adicionales

Departamento de Salud
Sección Madres, Niños y Adolescentes
787.765.2929 exts. 4550, 4551, 4561



Colegio de Cirujanos Dentistas de Puerto Rico
Busca tu dentista más cercano en <https://ccdpr.org>



SANUS Puerto Rico
Escuela de Medicina Dental
Recinto de Ciencias Médicas
Universidad de Puerto Rico
<https://dental.rcm.upr.edu/sanus/>



COLABORADORES



**Auspiciado por la propuesta federal
B04MC47443AB.**

Autorizado por la Oficina del Contralor Electoral OCE-SA-2024-09877.

La alimentación y los dientes de tu bebé

Consejitos de salud oral



UNA BOCA SANA, UNA SONRISA HERMOSA



¿Cómo prevenir las caries en la boca de su bebé?

▶ Evita que tu bebé se alimente de manera pasiva mientras duerme ya sea del pecho materno o del biberón. Evita que duerma con el biberón en la boca.

◀ Elimina el uso del biberón durante el primer año de vida. Si continúa usándolo, llénalo únicamente con agua.

▶ Mientras tu bebé no tenga dientes, limpia las encías con una toallita o gasa húmeda con agua, especialmente antes de acostarlo.

◀ Cepilla los dientes de tu niño después de alimentarlo por la mañana y antes de dormir.

▶ Usa un cepillo de dientes para infantes con una cantidad pequeña de pasta dental (del tamaño de un guisante o un gandul).

◀ Utiliza una pequeña cantidad de pasta dental con flúor. No te preocupes si todavía el niño no escupe.

▶ Consulta con el dentista para orientarte sobre el cuidado oral de tu niño.

Evita alimentar tu bebé con bebidas azucaradas.

Los siguientes productos contienen grandes cantidades de azúcar:



Jugo de frutas



Gaseosas o refrescos

Lo más importante es fomentar un estilo de vida saludable:

- Oriéntate y lee material educativo de salud oral.
- Integra una rutina de higiene oral en el hogar en toda la familia, incluyendo al bebé.
- Lleva al bebé al dentista tan pronto salga su primer diente, o antes, si tiene dificultades con la lactancia o tu pediatra lo encuentra necesario.
- Establece la rutina adecuada de visitas al dentista.
- Practica una alimentación saludable en tu familia.