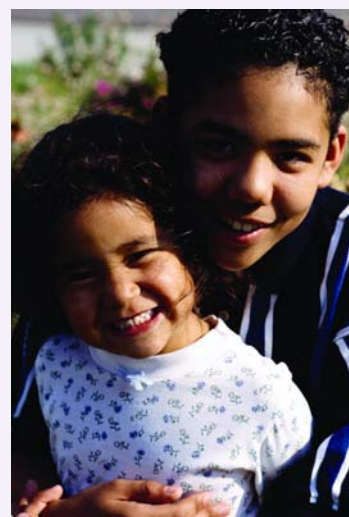


consejos para sonrisas sanas niños de 2 a 12 años de edad



De 2 a 6 años de edad

- Suspenda el uso de biberones y chupetes.
- Limite los dulces, golosinas y refrescos. Déle a su hijo/a menos de seis onzas de jugo al día.
- Los bocadillos, golosinas y jugos entre comidas aumentan la posibilidad de caries dentales.
- Los productos que contienen xilitol, como el agua embotellada y algunos chicles, disminuyen el crecimiento de bacterias en la boca y pueden reducir el riesgo de caries dentales.
- Cepille los dientes de su hijo/a dos veces al día, sobre todo después de los bocadillos y las comidas.
- Use una pasta de dientes con fluoruro cuando su hijo/a ya sepa escupir bien.
- Use el hilo dental cuando los dientes de su hijo/a se empiecen a tocar entre sí.
- Los tratamientos dentales con fluoruro y los selladores dentales pueden disminuir el riesgo de caries dentales. Hable con el dentista de su hijo/a sobre esto.
- Visite al dentista cada seis meses.



De 6 a 12 años de edad

- Limite los dulces, golosinas y refrescos. Déle a su hijo/a menos de seis onzas de jugo al día.
- Los bocadillos, golosinas y jugos entre comidas aumentan la posibilidad de caries dentales.
- Los productos que contienen xilitol, como el agua embotellada y algunos chicles, disminuyen el crecimiento de bacterias en la boca, y el riesgo de caries dentales.
- Cepille los dientes de su hijo/a dos veces al día, sobre todo después de los bocadillos y las comidas. La mayoría de los niños pueden cepillarse los dientes y usar el hilo dental ellos solos a partir de los ocho años.
- Se recomienda el uso de un protector bucal (para proteger la boca) para los niños que practican deportes de contacto.
- Considere la aplicación de un sellador en los molares permanentes.
- Visite al dentista cada seis meses.



American Academy of Pediatrics

DEDICATED TO THE HEALTH OF ALL CHILDREN™



California Chapter 4

 **KAISER PERMANENTE®**

Tips for Healthy Smiles: 2 to 12 Years Old

©2006 Kaiser Permanente.

Todos los derechos reservados.

SCPMG Departamento Regional

de Educación para la Salud

MH1231 (8/06)

members.kaiserpermanente.org