

Los llantos

Si vuestro hijo llora, no quiere forzosamente decir que tiene hambre o sed. Puede ser simplemente que necesite atención, un cariño, un mimo podría ayudarle.



El chupete o el dedo

El chupete o el dedo frenan el buen desarrollo de los maxilares y aumentan el riesgo de provocar malposiciones dentales. También puede frenar el desarrollo del lenguaje.

Intentad hacer uso únicamente para los momentos de descanso.

Beber en vaso

A partir de los dos años los niños deberían aprender a beber de un vaso o botella.

Esto favorece el desarrollo de la deglución y el lenguaje del niño.

¡El biberón y el chupete se terminan a los dos años!



¿A qué edad debo hacer el primer control dental?

Se aconseja llevar a los niños por primera vez al dentista entre los 2-3 años, pero se puede hacer incluso antes. El pediatra examinará los dientes de su hijo durante los primeros controles y vacunas, y podrá aconsejaros sobre los cuidados a dar a los primeros dientes.

Si necesario os aconsejara ir a ver a un odontólogo.



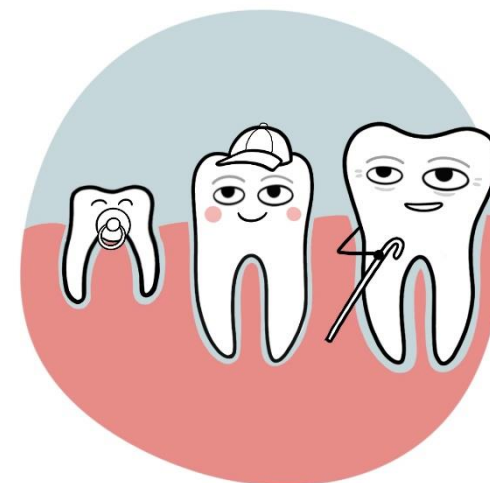
Crédito ilustración: LU.TH

Encuentre este tríptico y todas las informaciones respecto a la Clinique Dentaire de la Jeunesse escaneando este código QR



Dientes de leche sanos

La salud para toda la vida



Tríptico elaborado por :

Dr. C. Hefti et Dr P. Carp, pédiatres
Dr L. Neveu, médecin-dentiste

Clinique Dentaire de la Jeunesse

T. 024/423.64.90 email : cdj@yfb.ch

Espagnol

Dientes sanos para toda la vida

Cuidar de los dientes de leche desde su aparición permitirá tener buenos dientes definitivos.

Las caries no son hereditarias

Pero un diente con caries no tratado puede contaminar los dientes vecinos.



La caries del biberón es una enfermedad dental particularmente agresiva y dolorosa. Se desarrolla en los lactantes y niños pequeños que beben leche o bebidas azucaradas muy frecuentemente.

La erupción de los primeros dientes de leche

El primer diente hace erupción hacia los 6-8 meses y a los 3 años todos están presentes.



Los últimos dientes de leche se caen hacia los 11 años.

¿Cuándo hay que empezar a cepillar los dientes?

¡Desde la erupción del primer diente!

Hay que cepillar los dientes de su hijo 3 veces al día con un poquito de pasta de dientes (tamaño de un guisante) durante 2 minutos.



Después del cepillado, no es necesario enjuagar la boca con agua, con escupir es suficiente.

Elección de la pasta de dientes

Los fluoruros hacen que los dientes sean más resistentes a las caries. Elegid una pasta de dientes adaptada a la edad de su hijo para asegurarse de que tiene la buena dosis de flúor.

Para los más pequeños utilizad un dentífrico específico 0-6 años

Bien lavar los dientes antes de acostarle.

¡Nunca acostarle con un biberón de leche, de té o de cacao!

¡Los dientes tienen que estar limpios toda la noche!



La masticación y la digestión

El pan integral, la fruta o el queso refuerzan los dientes.

Cuando masticamos producimos una gran cantidad de saliva. La saliva protege nuestros dientes y permite desmenuzar correctamente los alimentos para facilitar la digestión.



Una alimentación sana y equilibrada es importante para los dientes.

La consumición frecuente de dulces y bebidas azucaradas favorece la aparición de caries en boca.

Los padres como buen ejemplo

Él bebe y el niño imitan las costumbres de los padres y siguen las mismas tendencias alimentarias.



Pensad entonces a

- Beber agua
- Lavarse los dientes después de cada comida
- Consumir alimentos y bebidas ricas en azúcares solamente de forma excepcional, fiestas o momentos particulares