

# Consejos Dentales Para Niños Preescolares



## ¿SABÍAS QUE....?

**Los dientes de leche son importantes para la salud y el desarrollo general de tu hijo (o hija).** Muchos padres no se preocupan por los dientes de leche (primarios) de su hijo (o hija) porque creen que son “solamente dientes de leche” y se le van a caer de todos modos. **¡Los dientes de leche tienen propósito!** Permiten que el niño coma y hable correctamente. Guardan espacio para los dientes permanentes y guían el crecimiento facial. También, ¡Los problemas dentales pueden causar dolencia!

- Sirve una variedad de alimentos nutritivos con las comidas, limitando los alimentos dulces. Cuando los niños comen o “pastorean” durante todo el día, la comida se queda en los dientes y, combinando con la bacteria, ataca el esmalte (el área externo, duro, y blanco del diente) causando caries.
- Si tu hijo (o hija) tiene tendencia de tener sed, ofrécelo agua en un vasito entrenador. Ofrecerle leche y jugo en un vasito entrenador puede causar “putrefacción dental” por dejar los líquidos permanecer alrededor de los dientes de enfrente, atacando el esmalte y causando caries. Es mejor servir la leche y el jugo en “un vaso para niño grande” con las comidas.
- Limpia los dientes de tu hijo dos veces al día (especialmente antes de dormir) con un cepillo suave y pequeño y con una cantidad de pasta con flúor de tamaño de un chícharo. Si faltan cepillo y pasta, ayuda a tu hijo a enjuagar su boca con agua.
- Haz una cita dental para tu hijo cada seis meses. Si no hay dentista, pide que la enferma o el doctor revisen los dientes de tu hijo por señales de problemas.

¡Canta mientras que cepillas los dientes de tu hijo! Lo siguiente es una sugerencia: **Lávate Los Dientes (Melodía: Martinillo)**

Lavate los dientes  
Lavate los dientes  
Los dientes de arriba  
Los dientes de abajo  
Lavate los dientes  
Lavate los dientes  
Mira como brillan.  
Mira como brillan  
(Repite varias veces hasta cepillar todos los dientes.)



Visita nuestra página del internet  
[www.wcif.org/?ECDN](http://www.wcif.org/?ECDN) para más información  
sobre higiene dental para niños y como  
obtener cuidado dental en el oeste-central de  
Minnesota

MINNESOTA EARLY CHILDHOOD



INITIATIVE

*a campaign for our youngest children*