

El tiempo del regreso a la escuela es un gran recordatorio para toda la familia a visitar al dentista!

Los niños con bocas saludables están listos para aprender.

Consejos para dientes sanos para niños de edad escolar:

Cepilla y limpia los dientes regularmente con un cepillo de dientes y hilo dental.

Utiliza un cepillo pequeño y suave, con una cantidad de crema dental del tamaño de un grano de arroz para cepillar los dientes después de comer y especialmente antes de dormir. Si no hay un cepillo de dientes disponible, haga que su hijo/a enjuague su boca con agua.

Supervise cuando su hijo/a se cepilla los dientes.

Observe atentamente para asegurarse que su hijo/a esta haciendo un trabajo meticuloso y utilizando solo una pequeña cantidad de crema dental.

Anime su hijo/a a comer comidas nutritivas y a dormir suficientemente.

La boca es la apertura al resto del cuerpo y todo lo que entra afecta a todo el cuerpo. Comidas azucaradas y pegajosas, como gaseosas y dulces, no tienen ningún valor nutritivo y pueden provocar caries. Comidas nutritivas y bastante sueño ayudan a los niños a crecer grandes, fuertes, y listos para aprender.

Hable con su dentista, medico u otro profesional de la salud sobre la boca saludable de su hijo/a.

Es importante que los niños/as visiten el dentista regularmente y antes de que surjan problemas. Si un dentista no esta disponible, anime el profesional de la salud de su hijo/a a revisar los dientes de su niño/a para detectar indicios iniciales de problemas dentales. Su dentista o profesional de la salud también puede prescribir uso de un suplemento de fluoruro.



For more information, contact:
Initiative Foundation
(877) 632-9255 | info@ifound.org

