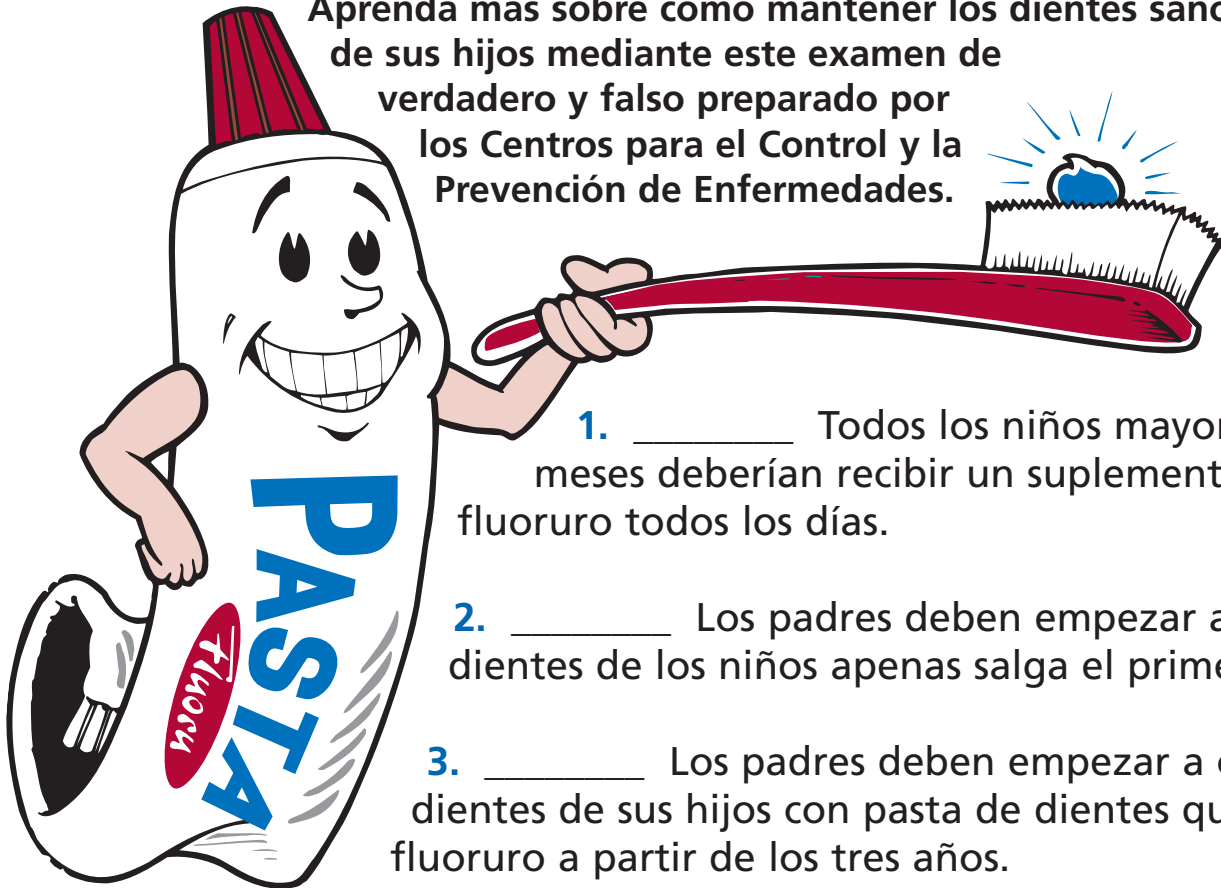


# Refresque Sus Conocimientos sobre Dientes Sanos

*Un Examen para los Padres sobre Pasos Sencillos para Sonrisas Infantiles*

Aprenda más sobre cómo mantener los dientes sanos de sus hijos mediante este examen de verdadero y falso preparado por los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades.



1. \_\_\_\_\_ Todos los niños mayores de seis meses deberían recibir un suplemento de fluoruro todos los días.
2. \_\_\_\_\_ Los padres deben empezar a limpiar los dientes de los niños apenas salga el primer diente.
3. \_\_\_\_\_ Los padres deben empezar a cepillar los dientes de sus hijos con pasta de dientes que contenga fluoruro a partir de los tres años.
4. \_\_\_\_\_ Los niños menores de seis años deben utilizar una cantidad suficiente de pasta de dientes con fluoruro de manera de cubrir el cepillo de dientes.
5. \_\_\_\_\_ Los padres deben cepillar los dientes del niño dos veces al día hasta que el niño aprenda a utilizar el cepillo de dientes solo.
6. \_\_\_\_\_ Los niños pequeños siempre deben utilizar enjuagues bucales que contengan fluoruro después del cepillado.



## **RESPUESTAS**

- 1. Falso.** Consulte con el doctor o dentista de su hijo acerca de las necesidades específicas de fluoruro del niño. Los padres de niños mayores de seis meses deben discutir con el doctor o dentista si es necesario administrar un suplemento de fluoruro en caso de que el agua potable no contenga suficiente cantidad de esta sustancia para ayudar a prevenir las caries.
- 2. Verdadero.** Inicie la limpieza dental tan pronto como aparezca el primer diente. Limpie los dientes todos los días con un trapo limpio y húmedo. Cuando salgan más dientes cambie a un cepillo de dientes pequeño de cerdas suaves.
- 3. Falso.** Los padres deben empezar a utilizar pasta de dientes con fluoruro para cepillar los dientes del niño a partir de los dos años de edad. Se puede empezar a utilizar pasta de dientes con fluoruro más pronto si el doctor o dentista del niño lo recomienda.
- 4. Falso.** Los niños pequeños deben utilizar una cantidad de pasta de dientes con fluoruro del tamaño de un pequeño grano de maíz. El fluoruro es importante para prevenir las caries, pero si un niño menor de seis años traga demasiado fluoruro, los dientes podrían desarrollar manchas blancas. Si se utiliza la cantidad correcta de fluoruro (no más del tamaño de un pequeño grano de maíz) se puede evitar que esto suceda.
- 5. Verdadero.** Los niños generalmente no logran cepillarse los dientes correctamente hasta que cumplen cuatro o cinco años. Los padres deben cepillar cuidadosamente los dientes del niño dos veces al día hasta que éste aprenda a utilizar el cepillo de dientes sin ayuda.
- 6. Falso.** Los enjuagues bucales con fluoruro contienen una concentración elevada de esta sustancia. Los niños menores de seis años no deben utilizar enjuagues bucales con fluoruro a menos que el doctor o dentista del niño lo recomiende. Los niños pequeños tienen tendencia a tragar en lugar de escupir, y si se traga demasiado fluoruro antes de los seis años los dientes podrían desarrollar manchas blancas.

