

¿Eso duele?

No. Cuando el dentista aplica los sellantes, no duele. Hay que mantener la boca abierta por unos minutos mientras el dentista:



lava y seca los dientes.

con un pincel aplica un líquido sobre las muelas.

pasa una luz azul sobre la muela, que hace que el líquido se ponga fuerte y haga una cubierta que sirve como una armadura para los dientes.

Los sellantes pueden durar hasta diez años, pero no para el resto de la vida. Debes acudir al dentista con regularidad y te dirá si es necesario aplicar sellantes nuevamente.

Recuerda

Aunque tu hijo o hija tenga sellantes en los dientes, debe continuar cepillándose los dientes después de cada comida y antes de acostarse.

Limita el consumo de dulces.

Visita al dentista al menos dos veces al año.

Pacientes del Plan Mi Salud no necesitan referido de médico primario para visitar al dentista de su preferencia.

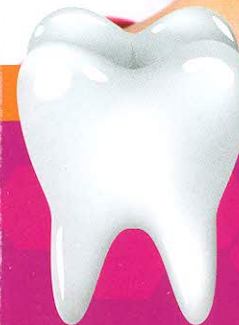
www.salud.gov.pr

Apoyado en parte por el proyecto H49MC00105 del U.S. Department of Health and Human Services, Health Resources and Services Administration, Maternal and Child Health Bureau (Title V, Social Security Act).

Departamento de Salud
Secretaría Auxiliar de Salud Familiar
y Servicios Integrados
División Madres Niños y Adolescentes
Proyecto Healthy Start
PO Box 70184 San Juan, P.R. 00936-8184
Tel. (787) 765-2929 x.4550
Fuente: <http://www.adha.org/kidstuff/facts.htm>

Departamento de Salud
Secretaría Auxiliar de Salud Familiar
y Servicios Integrados
División Madres Niños y Adolescentes
Proyecto Healthy Start

Dientes Sanos Sonrisa Bella



Entérate de la importancia
del cuidado de la salud oral
de tus hijos e hijas

La Buena Salud Oral

El cuidado de la salud oral comienza desde que nacen los niños y niñas. Una hermosa sonrisa es un trabajo que debemos iniciar desde edades tempranas. Nunca acuestes a tu bebé a dormir con una botella en la boca. Limpia sus encías con una toallita humedecida con agua, todos los días.

Mantener una dentadura saludable es muy importante, ya que los dientes ayudan a hablar claramente y a masticar la comida.

El dentista es un profesional que te ayuda a tener una buena salud oral. Te orientará sobre el cuidado de las encías, dientes y boca. Además, te enseñará como cepillar los dientes de forma correcta.

Se recomienda que visites al dentista al menos dos veces al año.



Para mantener una buena salud oral en tu niño o niña:

Pregunta al dentista cómo cepillar los dientes y utilizar el hilo dental correctamente.

Los dientes deben limpiarse con un cepillo suave diseñado especialmente para las edades de tu hijo o hija.



Utiliza pasta dental con fluoruro después de los dos años de edad o cuando tu hijo o hija sepa cepillarse los dientes sin tragarse la pasta o el enjuagador bucal.

Visita al dentista por lo menos dos veces al año.

Cepilla los dientes después de cada comida y antes de acostarse.

Cambia el cepillo de dientes cada tres meses.

Evita comer dulces entre comidas, especialmente chicles, caramelos y gomitas azucaradas.

Come frutas, vegetales y toma leche

Evita usar biberones.

No prestes el cepillo dental, pues es un artículo de uso personal.

¿Qué son los sellantes?

Los sellantes sirven como armadura de los dientes. Cubren la parte de los dientes que se utiliza para masticar y sirven para mantener los dientes libres de comida y bacterias que provocan caries.



Los sellantes se ponen en las superficies irregulares de las muelas para evitar que se queden residuos de comida en sitios que el cepillo de dientes no puede alcanzar para sacarlos.

El dentista recomienda poner los sellantes cuando los primeros dientes permanentes aparecen. Esto ocurre alrededor de los seis años.

