

# Dientes Saludables

## Hacen Sonrisas Felices



Los dientes de leche son igual de importantes que los dientes de adulto. ¡Después de todo, son esenciales para masticar, hablar y sonreír! A continuación encuentre respuestas a preguntas comunes sobre la salud dental infantil.

### ¿Qué tan seguido debo LIMPIAR las encías de mi bebé?

Limpie las encías suavemente con una toallita limpia y húmeda después de cada alimentación.

### ¿Cuándo debo empezar a CEPILLAR los dientes de mi hijo?

Tan pronto le salga el primer diente, cepíllele los dientes dos veces al día con un cepillo de dientes con cerdas suaves.

### ¿Cómo puedo ayudar a mi hijo a prevenir las CARIES?

Limite las bebidas azucaradas como el jugo y la soda.  
¡Escoja agua o leche!

### ¿Cuándo debe mi hijo visitar el DENTISTA?

Tan pronto como le aparezca el primer diente o al cumplir su primer año.  
Reciba chequeos cada año a partir de entonces.



Para más información, contacte a Primeros 5 San Joaquin al (209) 953-5437 o [www.sjckids.org](http://www.sjckids.org) y [www.first5california.com/parents](http://www.first5california.com/parents)