

# Proteja Los Dientes De Los Niños Mientras Se Divierten En El Verano!

## Cómo Prevenir las Emergencias Dentales Durante Todo el Año

No deje que su niño corra alrededor de la alberca (piscina).

Haga que el niño se ponga un casco y use protectores cuando monte o vaya de pasajero en una bicicleta.

Asegúrese de que su niño use un protector de dientes cuando practique algún deporte.

## Niños Sanos y Dientes Saludables

Para mantener los dientes sanos es importante cepillarse dos veces al día con pasta dental con fluoruro - una vez en la mañana y especialmente en la noche.

Cuando escoja un cepillo de dientes para su niño, busque uno que tenga las cerdas suaves, una cabeza pequeña (para que alcance a llegar a todos los dientes), y un mango grueso (para facilitar que lo agarre).

Recuerde que debe reemplazar el cepillo cuando las cerdas estén floreadas, y después de alguna enfermedad, como una gripa o el flu.



Los meses activos del verano de vacaciones, campamentos, juegos al aire libre y natación pueden causar una variedad de emergencias dentales. El saber cómo manejar una emergencia dental significa la diferencia entre salvar y perder un diente. En general, entre más pronto vea a un dentista mejor. La American Dental Association (Asociación Americana de Dentistas) ofrece los siguientes consejos para manejar algunas de las emergencias dentales más comunes.

### Un Diente que se Ha Tumbado

Es importante recobrar el diente y sostenerlo de la corona. Enjuáguelo si está sucio. No lo refriegue y no le quite ningún fragmento de tejido que tenga adherido. Si es posible, coloque el

diente de nuevo en su hueco. Si esto no es posible, colóquelo en un recipiente con leche o agua y vaya a ver al dentista lo más pronto posible.

### Un Diente Roto

Enjuáguele la boca al niño con agua para mantener esa parte limpia. Use compresas de agua fría sobre el diente roto para bajar la inflamación, y vaya al consultorio de su dentista rápidamente.

### Lengua o Labio Mordidos

Limpie suavemente la parte afectada con un paño y aplique compresas frías para bajar la inflamación. Si no deja de sangrar, vaya a la sala de urgencias de un hospital.



### Dolor de Muela

Enjuague la boca con agua tibia. Use hilo dental para asegurarse que no haya una partícula de comida o un objeto extraño incrustado alrededor del diente o de la muela. Llame al dentista para pedir una cita.

*No coloque una aspirina o un analgésico sobre las encías o alrededor del diente adolorido. Esto puede causar una quemadura en la boca y le hará más daño que beneficio.*

## Alistándose Para Un Año Escolar "Brillante".

Los meses de verano son perfectos para ayudar a los niños a desarrollar buenos hábitos de salud oral. Los niños a quienes se les enseña a cuidarse los dientes desde pequeños, tienden a seguir practicando buenos hábitos de salud dental cuando son adultos. Aproveche el tiempo libre fuera de la escuela durante el verano para pedir la cita de los seis meses con el dentista. Los niños deben ir por primera vez al dentista a los tres años. Sin embargo, si usted ve manchas en los

dientes o si los dientes se están empezando a romper, vaya a ver al dentista lo más pronto posible. Si las caries en los dientes de leche no se tratan, los niños tendrán fuerte dolor de muelas, se les dañarán los dientes permanentes cuando sean adultos y tendrán mala apariencia. Los dientes dañados afectan el auto estima de los niños y su habilidad para tener éxito.

Cuando escoja un dentista para su niño, trate de escoger un dentista infantil. Ellos tienen entrenamiento y experiencia trabajando

exclusivamente con niños y harán que la visita dental de su niño sea una experiencia positiva.

Ayude a tranquilizar al niño si tiene miedo de la primera visita al dentista explicándole antes lo que va a suceder durante la cita. Los libros son un instrumento efectivo para ilustrarles y explicarles acerca de una radiografía, un dentista y un consultorio dental. Hágale saber al personal del consultorio dental si su niño está nervioso o ansioso.