

# PREVENCIÓN

# Caries Temprana

# de la Infancia

## Consejos de Higiene Oral

## para cuidadores de

## niños y niñas



CORPORACIÓN MUNICIPAL  
**VALPARAÍSO**



**Universidad**  
**de Valparaíso**  
CHILE

**Facultad de Odontología**  
Especialidad de Odontopediatría

# TEN EN CUENTA



- Recuerda que el cepillado en niños siempre debe ser realizado, o por lo menos, supervisado por un adulto.
- Debemos incorporar este hábito en forma temprana en la vida del niño o niña, de manera que sea tan habitual como lavarse las manos o peinarse.
- Es muy importante tener una adecuada frecuencia de cepillado de al menos 2 veces al día y no olvidar el cepillado antes de dormir.
- El uso del cepillo es personal y no se presta. Su recambio se debe hacer cuando los filamentos están “chascones”.
- Recuerda mantener los controles dentales del niño o niña al día en su CESFAM (Programa CERO).

Debes acudir con el cuaderno de salud del niño y pedir cita en SOME.



# CUIDADOS POR EDAD:



## Entre 0 y 6 meses

La higiene bucal debe comenzar desde el primer día de vida y debe ser realizada después de cada ingesta de leche.

Se debe limpiar, con las manos limpias, la boca del bebé con algodón o gasa humedecida con agua tibia. Recorrer parte interna de mejillas, labios y encías.

En esta etapa también podrías utilizar el cepillo dedal para limpiar y masajear encías.





## Entre 6 meses y 2 años

Con la salida de los primeros dientes usar cepillo y pasta dental (debe tener una concentración entre 1000 y 1200 ppm de flúor, mirar envase).

La cantidad de pasta que se recomienda usar, es muy poca, igual al tamaño de medio grano de arroz y la forma de utilizar el cepillo es realizando movimientos circulares.



## Entre 2 y 4 años

Se debe cepillar los dientes del niño o niña al menos 2 veces al día, siendo el nocturno el más importante.

Usar pasta dental con una concentración entre 1000 y 1500 ppm de flúor. La cantidad de pasta es poca, similar a un grano completo de arroz.

El cepillado se realiza en movimientos circulares con los dientes juntos. Luego cepillar las muelas, en las caras que mastica, con movimientos de arrastre de atrás hacia adelante.





## Entre 4 y 6 años

Usar pasta dental con una concentración entre 1000 y 1500 ppm de flúor.

La cantidad de pasta es similar al tamaño de una arveja.  
Cepillar todas las caras de los dientes, limpiar también las caras que mastican.

Cuando el niño o niña cumple 6 años, puede comenzar el recambio de dientes, por lo que es importante que acudas a control con el dentista.



**El desafío de tener niños libres de caries es de todos.  
¡Te necesitamos!**



# RECUERDA



## HIGIENE

Se debe realizar un cepillado dental después de cada comida, sobre todo en las noches antes de ir a dormir. Siempre bajo la supervisión de un adulto.

## PASTA DE DIENTES

Se debe usar desde la salida del primer diente. Con la adecuada concentración y cantidad según edad. Al cepillar se debe escupir y no enjuagar la pasta.



## CEPILLADO

Se debe usar desde la salida del primer diente. Con la adecuada concentración y cantidad según edad. Al cepillar se debe escupir y no enjuagar la pasta.

## EVITA EL CONSUMO DE AZÚCAR

Principal causante de las caries. Prefiere alimentos sin sello "alto en azúcar" y consumirlos en las comidas principales. Siempre debe haber un cepillado posterior.



## CONTROL DENTAL

Es importante asistir al control dental en tu CESFAM desde la erupción del primer diente. (Programa CERO)