



Crest + **Oral-B** + **KIDS**

JUNTOS PODEMOS
CONQUISTAR
CARIES

Guía para padres

Superpoder su sonrisa desde el principio



Hágalo divertido desde el primer diente y más allá

En este folleto, encontrará consejos sobre:

- Cuándo **programar la primera visita de su hijo** y qué esperar
- Convertirse en un héroe de hábitos saludables para **prevenir la caries dental y las caries**
- **Enseñar técnicas de cepillado** que duren toda la vida.
- Preparando el escenario para los dientes permanentes mediante **el uso de los productos adecuados** en el momento adecuado



La aplicación Disney Magic Timer™ de Oral-B® AYUDA A LOS NIÑOS A CEPILAR 2X MAS TIEMPO



Compatible con productos de carácter Crest® + Oral-B® +

© Disney © Disney/Pixar © MARVEL



Forma equipo con la
dentista de tu hijo



¿Entra el primer diente?

Ahora es el momento de programar su primera visita al dentista.

Qué esperar durante las citas dentales de su hijo:

En la primera visita, el dentista o higienista dental...

- Eduque a su hijo, límpielo los dientes y hágales sentirse cómodo
- Responda cualquier pregunta que pueda tener

Para futuras visitas, haga que los niños se sientan cómodos diciéndoles que el dentista o higienista...



Limpie y controle los dientes de su hijo para detectar caries y crecimiento



Fortalezca los dientes de su hijo con **un tratamiento con flúor** para mejorar la prevención de caries



Proteja los dientes de su hijo de la placa y las caries recomendando **un sellador**, una capa de plástico transparente sobre la superficie de los dientes posteriores.

Supere los nervios de los chequeos

- Explique que los dentistas y los higienistas dentales son amigos que ayudan a mantener los dientes sanos.
- Busque un libro para niños o vea un video divertido sobre ir al dentista
- Pruebe el juego de roles en casa antes de una visita, ideje que su pequeño sea el dentista!





0-3+
AÑOS

**Qué hacer antes de los
dientes de leche...
¡y más allá!**

Comience el cuidado bucal del bebé temprano



Los pediatras recomiendan **limpiar suavemente los dientes y las encías del bebé todos los días**



Con las encías tiernas del bebé, use **un cepillo especialmente diseñado para ellos**



Incluso antes del primer diente, **limpiar las encías del bebé después de comer** puede ayudar a prevenir las caries



Los primeros dientes del bebé deberían comenzar a aparecer alrededor de los 6 meses.

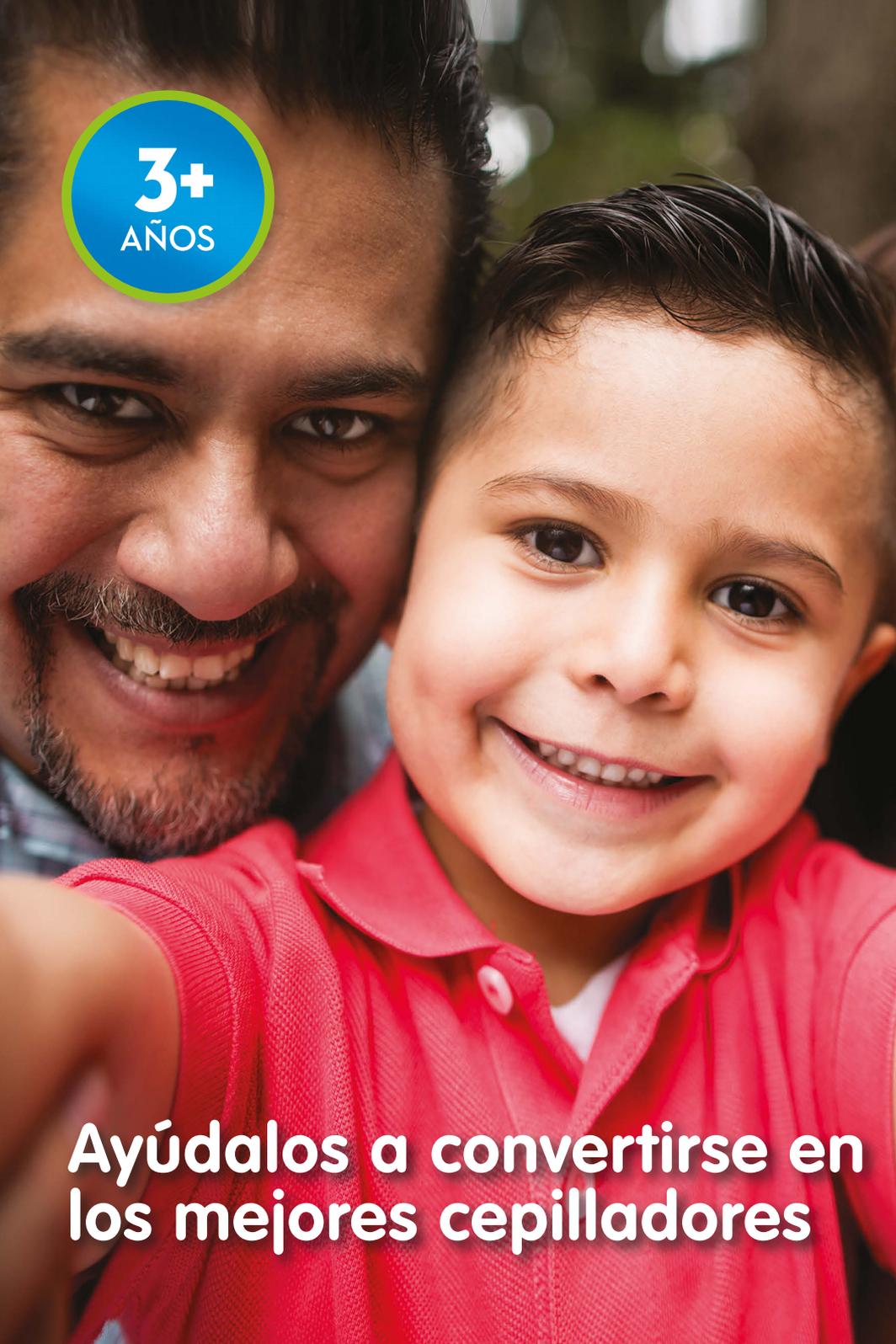


Establece una rutina oral con los productos adecuados

Cepillo de dientes Oral-B® 0-3 años

- Características suaves como **cerdas suaves para bebés y un mango antideslizante** facilitan el cepillado de las encías sensibles
- **El cabezal de cepillo de forma ovalada** ayuda a maximizar el área de superficie para los cepilladores exigentes

Visite www.oralb.com para obtener información adicional sobre el producto.



3+
AÑOS

**Ayúdalos a convertirse en
los mejores cepilladores**

¡Se necesitan 2, y eso significa usted!

Usted es el mejor modelo a seguir que existe para mostrarle a su hijo cómo cuidar su salud bucal. ¡Intenta cepillarte con estos consejos!



Cepillarse durante **2 minutos 2 veces al día**: cada mañana y cada noche



Use **una pasta de dientes que contenga fluoruro de sodio**, que es suave con el esmalte dental y protege contra las caries.



Trate de **romper los hábitos de chuparse el dedo y usar el chupete** a los 4 años, ya que pueden afectar el espaciamiento de los dientes



Para niños mayores de 3 años, los cepillos de dientes eléctricos son seguros **y la opción de cepillado más eficaz***

Lucha contra las caries con sus favoritos

Cepillo de dientes eléctrico recargable Oral-B® 3+

- El objetivo n.º 1 de Oral-B® es evitar las caries: un cepillo de dientes eléctrico recargable Oral-B® elimina más placa que un cepillo de dientes manual normal para una sonrisa saludable †

Visite www.oralb.com para obtener información adicional sobre el producto.



* Cuando se usa según las instrucciones. † No apto para niños menores de la edad de 3. Los colores y los personajes están sujetos a cambios.



6+
AÑOS

**Ahora están listas
para ser la estrella
de su rutina.**

Es hora de brillar como cepilladora independiente

A medida que su hijo se sienta más seguro en su rutina de cuidado bucal, anímelo y continúe reforzando los hábitos saludables desde el margen.



Continúe reforzando **el cepillado de 2 minutos 2 veces al día**



Use **un cepillo de dientes diseñado para limpiar los dientes posteriores difíciles de alcanzar y pasta dental con flúor** para proteger las caries



Comience a usar hilo dental con palillos de hilo dental o ayude a su hijo a usar hilo dental tan pronto como se toquen 2 dientes



Cambie el cepillo de dientes o el cabezal del cepillo cada 3 meses o cuando las cerdas se deshilen

Diseñada para cepilladoras en crecimiento.

Cepillo de dientes eléctrico Oral-B® 6+ años

- Si aún no lo ha hecho, comience una rutina para su hijo con un cepillo de dientes eléctrico para obtener una limpieza superior en comparación con un cepillo de dientes manual.

Cepillo de dientes manual Oral-B® 6+ años

- Power Tip combinado con cerdas CrossAction™ para un buen alcance y limpieza

Pruebe crest® Kids Advanced 6+ Esmalte + pasta de dientes de protección contra caries

Ayuda a proteger el esmalte de azúcares y ácidos*

*Fortalece el esmalte para proteger de los ácidos de la placa con el cepillado regular



Visit www.oralb.com and www.crest.com for additional product information.

Enseñe las técnicas adecuadas

Cepillo manual



Use movimientos cortos y suaves, moviéndose desde las encías hacia el borde de los dientes



En superficies de masticación, sostenga el cepillo plano y cepille hacia adelante y hacia atrás



Para el frente interior dientes, use suave movimientos de arriba a abajo con la punta del pincel

Cepillo eléctrico para niños 3+



Con un cepillo eléctrico, **no es necesario restregar**. Solo necesita presionar suavemente el cabezal del cepillo **contra los dientes**.

Gently hold the brush over each tooth surface—front and back—for a moment before moving on to the next.



Haga del cepillado parte de la rutina

Combine el tiempo de cepillado con actividades matutinas y nocturnas que ya realiza, como ponerse los zapatos o leer cuentos antes de dormir.



Cepille durante 2 minutos todas las mañanas y todas las noches



Edad 2+

Use una mancha de pasta de dientes con flúor



Edad 3-5

Use una cantidad del tamaño de un guisante de pasta de dientes con flúor

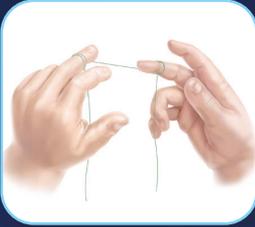


Recuerde a los niños que deben escupir y no tragar pasta de dientes

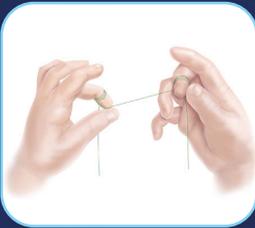
Se recomienda que los padres continúen ayudando con el cepillado hasta los 7 años.

¡No olvides usar hilo dental!

Cómo usar hilo dental



Envuelva los extremos del hilo dental alrededor de los dedos medios (la longitud recomendada del hilo dental es de 8 "a 24")



Sostenga el hilo dental entre el pulgar y el dedo medio, dejando aproximadamente 1 "de hilo dental entre las manos



Trabaje suavemente el hilo dental entre los dientes. Una vez que llegue a la línea de las encías, doble el hilo dental en forma de "C" alrededor del diente y asegúrese de ir por debajo de la línea de las encías.



Deslice suavemente el hilo dental hacia arriba y hacia abajo varias veces entre cada diente, incluidos los dientes posteriores.



Consejos para usar hilo dental

- Empiece a usar hilo dental tan pronto como se toquen 2 dientes para prevenir caries
- Use hilo dental para su hijo hasta que él / ella pueda hacerlo por su cuenta
- Los palillos de hilo dental son otra opción para ayudar a garantizar que el hilo dental siga siendo parte del cuidado bucal*

Facilita el cepillado y el uso del hilo dental

- **Utilice el juego para que su hijo se abra.** No los fuerce, pero anímelos haciendo muecas. Cada vez que se abran, cepille algunos dientes más.
- **Utilice muchos vítores.** Elogie y anímele, especialmente por buenos comportamientos como abrir la boca y permitirle cepillarse los dientes o usar hilo dental.

* Se recomienda la supervisión de un adulto para niños menores de 10 años.

Una alimentación saludable también puede ayudar a proteger los dientes

Seguir una dieta adecuada y nutritiva no solo ayuda a mantener su cuerpo sano, sino también su boca. La nutrición juega un papel importante en la salud y la limpieza de dientes, encías y boca.



ALIMENTOS AMIGABLES CON LOS DIENTES

- Agua
- Leche
- Fruta fresca
- Vegetales
- Queso bajo en grasa
- Palitos de pan
- Galletas saladas bajas en grasa
- Yogur natural sin azúcar



ALIMENTOS CON AZÚCAR ESCONDIDO

- Dulces y chocolate
- Fruta seca (por ejemplo, pasas)
- Galletas y pastel
- Helado
- Cereales azucarados y barras de cereales
- Refrescos y zumos de frutas
- Yogur endulzado
- Bolsas de comida comprimibles
- Mermeladas, conservas, miel
- Batidos
- Siropes y salsas dulces

CÓMO IMPORTA SU HIJA BEBE



A PARTIR DE 6 MESES

Haga que el bebé se acostumbre a usar una taza de flujo libre, una taza de la que se vierte líquido una vez que se pone boca abajo.



A PARTIR DE 12 MESES

Trate de limitar los biberones a la hora de acostarse o intente llenar un biberón con agua en lugar de jugo o leche.