

La salud bucal y el éxito escolar están relacionados

- La caries es la enfermedad infantil crónica más común.
- Los niños pierden 51 millones de horas de escuela por año debido a problemas de salud bucal (muchos de los cuales se previenen fácilmente).¹
- Los estudiantes que están ausentes pierden tiempo de educación esencial, especialmente en los primeros grados donde las habilidades de lectura son el objetivo principal.
- Los niños que han experimentado dolor debido a la salud bucal tienen cuatro veces más de probabilidades de lograr un promedio de calificaciones más bajo en la escuela secundaria que los niños que no lo han experimentado.²
- Los niños que sufren problemas dentales tienen dificultades para sonreír, hablar, dormir y aprender en la escuela.

¡Ayude a que su hijo asista saludable a la escuela y aprenda todos los días al desarrollar buenos hábitos de salud bucal lo antes posible!

¹ U.S. Department of Health and Human Services. Oral Health in America: A Report of the Surgeon General—Executive Summary. Rockville, MD: U.S. Department of Health and Human Services, National Institute of Dental and Craniofacial Research, National Institutes of Health, 2000.

² Ostrow School of Dentistry of USC. Poor Oral Health Can Mean Missed School, Lower Grades, enero de 2012.



Es importante encontrar un dentista que haga sentir cómoda a toda su familia. Para encontrar a un dentista en su área, consulte estos sitios web:

**Michigan Department of Community Health
(Departamento de salud comunitaria de Michigan)**
¡Averigüe en 30 minutos o menos si usted y sus hijos son elegibles para la cobertura de atención dental!
healthcare4mi.com/michild-web

**Delta Dental of Michigan's online dentist search tool
(Herramienta de búsqueda de dentistas en línea de Delta Dental of Michigan)**
www.deltadentalmi.com/findadentist

**State of Michigan's Oral Health Directory
(Directorio de salud bucal del estado de Michigan)**
www.michigan.gov/documents/mdch/oral_health_directory_302799_7.pdf

Michigan Dental Association
www.smilemichigan.com/FindaDentist

Michigan Academy of Pediatric Dentistry
michiganapd.org/?page_id=239

Para descargar una copia del libro completo **"From Drool to School" (Desde la Cuna hasta la Escuela)** y mirar un video divertido de cuatro minutos sobre la salud bucal que usted y su hijo disfrutarán, visite:
www.deltadentalmi.com/brighterfutures

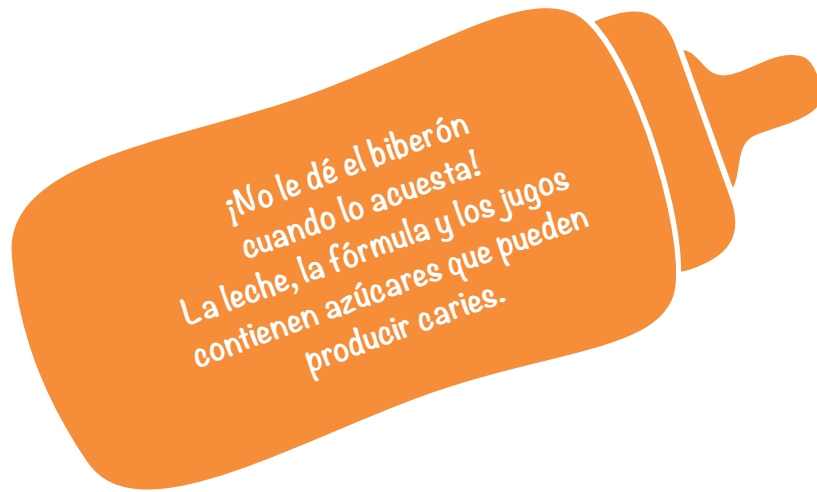
Las páginas vinculadas y el contenido incluido no son productos o publicaciones de Delta Dental. Delta Dental no se responsabiliza en caso de imprecisiones en las listas y no recomienda, patrocina ni aprueba a ningún proveedor en particular que figure allí, y no realiza declaraciones, no ofrece garantías ni asume responsabilidades relacionadas con los servicios prestados. La lista se ofrece a modo de cortesía únicamente.

DESDE LA CUNA
HASTA LA ESCUELA 



Consejos para cuidar la salud bucal de su hijo desde los primeros años de vida hasta la edad escolar.

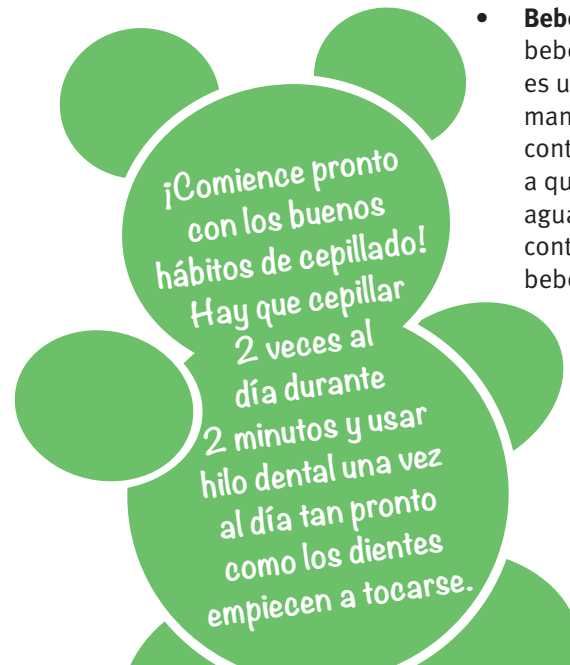
Recién nacidos y bebés



- **Mantenga las encías del bebé limpias y saludables:** masajee las encías con una toallita húmeda después de alimentarlo para mantener las encías y la boca limpias y saludables.
- **Impida la propagación de gérmenes y bacterias que producen caries:** no comparta tazas, cubiertos, etc. con su bebé.
- **La dentición puede causar encías doloridas:** intente ofrecerle a su bebé algo frío como un anillo de dentición frío o una toallita húmeda para aliviar el dolor.
- **Visite al dentista lo antes posible:** la primera visita de su bebé debe ser antes de su primer cumpleaños.

Niños pequeños y en edad preescolar

- **Lavarse los dientes es importante:** use una pequeña cantidad de pasta dental fluorada y un cepillo de dientes para niños suave. Reemplace los cepillos de dientes cada cuatro meses.
- **Visite al dentista con regularidad:** su hijo debe visitar al dentista al menos una vez al año para realizarse un control.
- **La succión se puede transformar en un mal hábito:** intente que su hijo deje el biberón entre los 12 y 18 meses de vida y aliéntelo a que deje de succionarse el dedo y no use más el chupete antes de los 4 años.
- **Sorber todo el día enfermará los dientes:** no permita que su hijo pasee o se acueste a dormir la siesta con una taza para sorber que contenga jugo, leche o cualquier otra bebida azucarada, ya que esto puede causar caries.



- **Beber agua del grifo:** beber agua fluorada es una excelente manera de luchar contra la caries. Debido a que la mayoría del agua embotellada no contiene flúor, es mejor beber agua del grifo.

Niños en edad escolar

- **Un almuerzo escolar saludable es importante:** asegúrese de empacar frutas/verduras y proteína como manteca de maní, queso, pavo o rosbif. Evite el jugo, las bebidas deportivas y los refrescos; el agua es mejor.
- **Proteja los dientes:** los niños que practican deportes deben usar protectores bucales.
- **Los selladores son una excelente manera de prevenir la aparición de caries:** pregunte a su dentista sobre este tema cuando lo visite.
- **Prepárese para el hada de los dientes:** los niños pierden sus dientes de leche entre los 6 y los 12 años.
- **Impida la propagación de gérmenes:** no comparta los cepillos de dientes, la pasta dental ni el vaso del baño y lávese las manos antes y después del cepillado.
- **Tenga a mano el número de teléfono de su dentista:** las emergencias dentales son muy comunes entre los niños activos.

