

## Consejos para mantener la boca de su bebé saludable.

### Programe visitas regulares al dentista cada 6 meses o más.

Estas visitas están cubiertas por el plan dental de Medi-Cal de su niño.

### Pregunte sobre el tratamiento de fluoruro en su próxima visita dental.

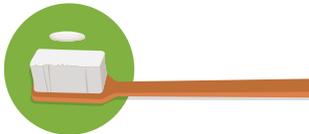
El barniz de fluoruro se coloca en los dientes para ayudar a protegerlos contra las caries. Los niños pueden recibir tratamiento con barniz de fluoruro una vez que le sale su primer diente.

### Evite los alimentos y bebidas azucarados.

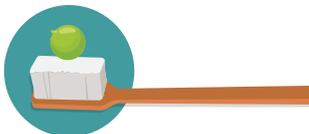
Comer una dieta balanceada de todos los grupos de alimentos y limitar los alimentos azucarados ayuda a prevenir las caries.

### Cepille los dientes de su niño con la cantidad recomendada de pasta de dientes con fluoruro.

Use una cantidad del tamaño de un grano de arroz para niños de 0 a 3 años.



Use una cantidad del tamaño de un guisante para niños mayores de 3 años.



## Medi-Cal Dental proporciona servicios dentales gratis o de bajo costo para niños y adultos.

Para más información sobre los beneficios dentales cubiertos por Medi-Cal Dental y para encontrar un dentista, visite [SonrieCalifornia.org](http://SonrieCalifornia.org) o escanee el código QR a continuación. También puede llamar al Centro de Servicio Telefónico al **1-800-322-6384**.



## Sonrisas saludables desde el embarazo hasta la niñez.



# La buena salud bucal es importante para su salud general y la de su bebé.

Este viaje de salud bucal ayudará a que usted y su bebé se mantengan saludables y garantizará una sonrisa que dure toda la vida.



## Durante el embarazo

Ver al dentista para una limpieza y un examen cuando está embarazada es seguro y puede ayudar a que usted y su bebé se mantengan saludables.



## Recién nacidos

Tan pronto como nazca, limpie las encías de su bebé con un paño húmedo después de cada comida.



## Bebés

Una vez que le salgan los dientes a su bebé, límpiele las encías con el cepillo de dedo de goma que viene en este kit.



## Biberón

Evite acostar a su bebé con un biberón ya que la leche puede quedarse alrededor de las encías y los dientes y causar caries.



## 1er cumpleaños

Programar la primera visita dental de su niño tan pronto como le salga el primer diente o antes de su primer cumpleaños, lo que ocurra primero.



## Niños pequeños

Los dientes de leche se caen, pero es importante cuidarlos bien. Los dientes de leche ayudan a su niño a masticar y hablar correctamente.

