

## Encuentre Cuidado Dental

- **La Red 2-1-1 de Información de Washington**  
[www.win211.org](http://www.win211.org)
- **Línea telefónica gratuita de recursos “Answers for Special Kids” (ASK) de Withinreach**  
[www.parenthelp123.org/families/dental-health](http://www.parenthelp123.org/families/dental-health)
- **Centrol de Salud Comunitaria y Migrante**  
<https://m360.wacmhc.org/frontend/search.aspx?cs=3144>
- **Clínica Dental de la Universidad de Washington**  
[www.dental.washington.edu/patientcare/patientcare\\_index.php](http://www.dental.washington.edu/patientcare/patientcare_index.php)
- **Clínicas Dentales de Escuelas de Higiene Dental**  
[www.wsdha.com/studentsection/schools](http://www.wsdha.com/studentsection/schools)
- **Asociación de Clínicas Gratuitas**  
[www.wafreeclinics.org/clinics.html](http://www.wafreeclinics.org/clinics.html)
- **Asociación de denturistas de Washington**  
[www.wadenturist.com/findadenturist.aspx](http://www.wadenturist.com/findadenturist.aspx)
- **Asociación Dental del Estado de Washington**  
[https://www.wsdanet.org/wsdassa/ssaauthmain.login\\_page](https://www.wsdanet.org/wsdassa/ssaauthmain.login_page)

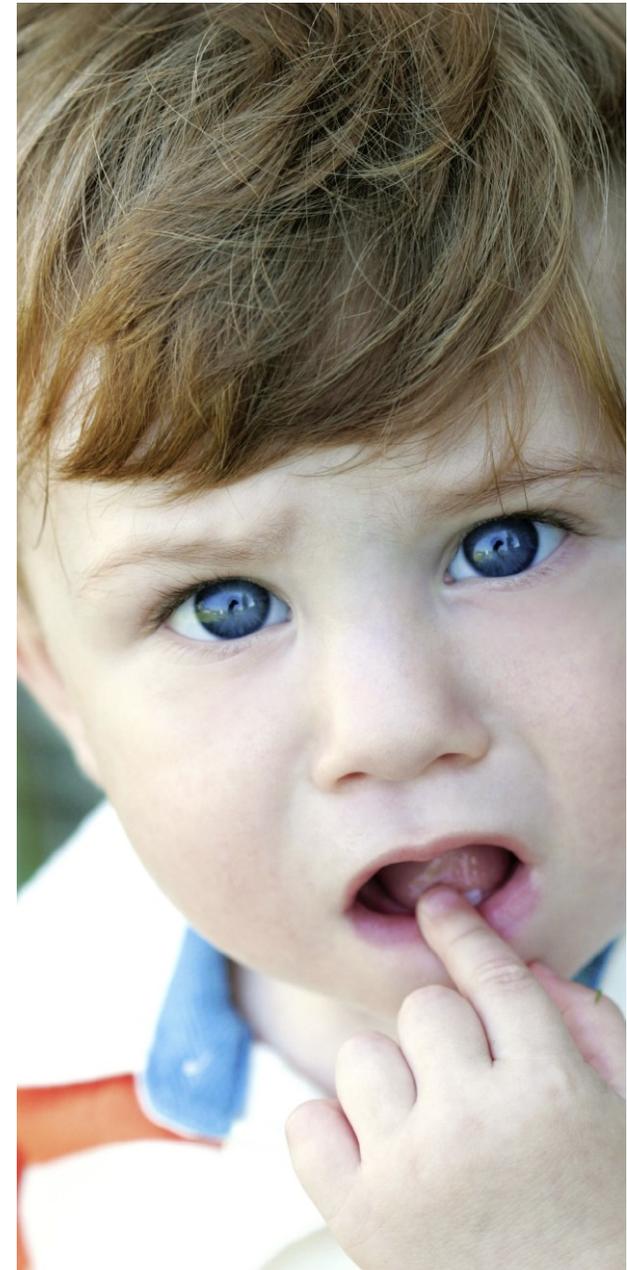
## Recursos Dentales

- **Coordinador Local de ABCD**  
[www.abcdental.org/pdf/abcd\\_program\\_contact\\_list.pdf](http://www.abcdental.org/pdf/abcd_program_contact_list.pdf)
- **Coordinador Local de CSHCN**  
[www.doh.wa.gov/cfh/mch/documents/coordlst.pdf](http://www.doh.wa.gov/cfh/mch/documents/coordlst.pdf)
- **Equipo Maxilofacial Regional**  
[www.doh.wa.gov/cfh/mch/maxillofacial\\_review\\_teams.htm](http://www.doh.wa.gov/cfh/mch/maxillofacial_review_teams.htm)
- **Grupos Médicos Para Casa**  
[www.medicalhome.org/leadership/teams.cfm](http://www.medicalhome.org/leadership/teams.cfm)
- **Horario del SMILEMOBILE**  
[http://www.deltadentalwa.com/Guest/Public/AboutUs/WDS%20Foundation/~media/PDFs/About%20Us/Foundation/smilemobile\\_schedule\\_2012.ashx](http://www.deltadentalwa.com/Guest/Public/AboutUs/WDS%20Foundation/~media/PDFs/About%20Us/Foundation/smilemobile_schedule_2012.ashx)
- **Agencia para la Tercera Edad de su área**  
[http://www.agingwashington.org/local\\_aaas.asp](http://www.agingwashington.org/local_aaas.asp)
- **Línea Telefónica de Dejar de Fumar**  
[www.quitline.com](http://www.quitline.com)



Para personas discapacitadas, este documento está disponible a su pedido en otros formatos. Para hacer su pedido, llame al 1-800-525-0127 (TDD/TTY 711).

## Salud Bucal Para Niños de 1 a 5 Año



Tarjeta de Promoción de la Salud Bucal 7 de 13

# La enfermedad dental sigue siendo el padecimiento crónica #1 en niños.



## Limite los jugos de fruta a no más de la mitad de una taza.

La mayoría de los dientes de leche salen entre el año y los cinco años. **Los dientes de leche son importantes.** Mantienen el espacio en la mandíbula para la salida de los dientes permanentes.

**Usted puede pasar gérmenes** a través de la saliva que pueden provocar la formación de caries en su hijo.

**No comparta tazas ni utensilios** para comer, alimentos previamente masticados ni ponga el chupón en su boca antes de dárselo a su hijo.

**Retire el biberón** cuando su hijo cumpla un año.

Entre comidas llene una taza entredora (antiderrame) **solo con agua** (no leche, fórmula o jugo). Evite el uso frecuente o prolongado de este tipo de tazas.

Déle a su hijo agua potable que tenga un óptimo contenido de fluoruro. **El fluoruro en el agua** es seguro, eficaz y mantiene los dientes fuertes para todas las edades.

Cepille los dientes de su hijo después del desayuno y antes de ir a dormir. Enseñe a su hijo a escupir todo el exceso de pasta dental. **Evite enjuagar** con agua después.

Su dentista o médico pueden recomendar gotas con fluoruro, un baño de fluoruro o un frotis de pasta dental con fluoruro para niños menores de dos años con alto riesgo de tener caries.

Después de los dos años, use una cantidad de pasta dental del tamaño de un chicharo. Asegúrese de que su hijo escupa el exceso de pasta dental.

Levante el labio de su hijo regularmente y busque puntos blancos o café sobre las caras anterior y posterior de los dientes cerca de la línea de la encía. Visite a un dentista si nota cambios.

Lleve a su hijo a un dentista al cumplir un año. Los consultorios dentales privados, clínicas de salud comunitarias, escuelas y furgonetas móviles cuentan con dentistas e higienistas dentales.