



## Jardín Guardería Curiosear Jugar y Aprender

# SALUD DENTAL

## CUIDADOS Y RECOMENDACIONES DESDE LA INFANCIA



### EMPIEZA DESDE PEQUEÑO

Cepilla los dientes cada día. Para tener una buena higiene es básico que después de cada comida los niños se laven los dientes. Es fundamental que desde temprana edad



### HAZLO DIVERTIDO

Los juegos y los cuentos ayudan a que el niño disfrute y adquiera el hábito. Permite que primero juegue con el cepillo y luego tú lo cepilles de forma cuidadosa.



### LLEVALOS AL ODONTÓLOGO

Lo más importante es acudir al dentista regularmente. para asegurarse de que todo está bien. Se recomienda asistir dos veces al año, Solo un especialista puede informarnos sobre el tratamiento adecuado.



### UNA DIETA SANA, DIENTES SANOS

Si deseas que tus hijos tengan dientes fuertes, lo mejor es una dieta equilibrada. Evita el exceso de azúcar y fomenta el consumo de frutas y verduras.

### BENEFICIOS DE UNA BUENA SALUD DENTAL

El cuidado dental es un hábito que se aprende desde la infancia. Es importante enseñar a los niños la higiene bucal. Los dientes de leche deben cuidarse igual que los definitivos, ya que montan en el espacio donde se formarán los dientes permanentes.

