



### ¿Cuándo debo comenzar a cepillar los dientes de mi hijo(a)?

¡Ni bien los veas!

Recomendamos que lleve a su hijo(a) al dentista antes de su primer cumpleaños.

Esto ayuda a prevenir las caries y a aprender cómo cuidar la salud bucal de su hijo(a).

### ¿Mi hijo(a) necesita ayuda para cepillarse?

**Sí.** Los niños necesitan ayuda para cepillarse hasta que tengan la edad suficiente para atarse los cordones de los zapatos o colorear dentro de las líneas de una imagen. Esto suele ser alrededor de los 6 años.

Es posible que los niños pequeños no puedan quitarse la placa de los dientes. Es sumamente recomendable que ayude a su hijo(a) a cepillarse y usar el hilo dental tanto por la mañana como por la noche.

Después del cepillado, trate de no enjuagar la pasta de dientes con agua. La pasta de dientes funcionará mejor si permanece en sus dientes.

### ¿Importa si me cepillo o uso hilo dental primero?

No importa siempre y cuando haga ambas cosas.

### ¿Cuánta pasta de dientes debo usar?

**Menores de 3 años:** una pequeña mancha de pasta de dientes

**3-5 años:** una cantidad del tamaño de un guisante



Mancha



Tamaño de un guisante

### ¿Durante cuánto tiempo debo cepillar?

Cepille durante aproximadamente 2 minutos. Asegúrese de cepillar todas las superficies (superior, frontal, posterior y laterales), incluso las difíciles de alcanzar.

### ¿Cuándo debo comenzar a pasar el hilo dental a mi hijo(a)?

Debe pasar el hilo dental cuando los dientes posteriores estén en contacto entre sí. Esto sucede en diferentes momentos para los niños, así que pregúntele al dentista de su hijo(a).

#### Contáctenos

Para obtener más información, visite  
[childrenshospital.org/dentistry](http://childrenshospital.org/dentistry)

Para programar una cita,  
llame al **(617) 355-6571**.