

# Bebés Lista de Salud Oral:

Bebés 0-12 meses



## Comidas y bebidas

- Si le da un biberón a su bebé, siempre sosténgalo con su mano y no apoye el biberón en su boca.
- Nunca duerma a su bebé con un biberón en su boca.
- Comenzando alrededor de los 6 meses, dele a su bebé una variedad de alimentos para bebés de todos los grupos de alimentos. Estos incluyen frutas, verduras, proteínas, queso, yogur y granos.
- Comience a enseñarle a su bebé a beber de una taza abierta a partir de los 6 meses.
- No le dé jugo o bebidas azucaradas a su bebé.

## Higiene oral

- Limpie las encías de su bebé con un paño suave o un cepillo de dientes para bebés después de cada comida. Esto incluye la alimentación con leche materna, fórmula y alimentos para bebés.
- Comience a usar una cantidad mínima de pasta de dientes para bebés del tamaño de un arroz para limpiar la boca de su bebé una vez que tenga su primer diente.
- Lleve a su bebé al dentista antes de su primer cumpleaños o cuando tenga su primer diente.