

# Hábitos sanos para sonrisas felices



## Visita a la clínica dental con su niño

Los niños tienen que ir a la clínica dental para mantener sus dientes y boca saludables. Si los niños van a citas dentales regularmente, el dentista y el higienista dental podrán cuidar sus dientes y descubrir cualquier problema bucal con antelación. Las citas dentales regulares también les enseñan a los niños a valorar una buena salud bucal.



THE NATIONAL CENTER ON  
Health

*¡La preparación para la escuela comienza con la salud!*



## En la clínica dental, el equipo dental hará lo siguiente:

- Examinar la boca y los dientes de su niño.
- Hablarle sobre la mejor forma de cuidarle los dientes a su niño. Por ejemplo: cepillarle los dientes usando pasta con fluoruro después del desayuno y antes de que se vaya a dormir.
- Indicarle otras formas de prevenir las caries. Por ejemplo: poniéndole una capa de fluoruro en los dientes de su niño.

## Sugerencias para la visita a la clínica dental

- Si su niño le pregunta qué va a ocurrir en la clínica dental, dele una respuesta simple. Diga, por ejemplo:
  - «Es posible que cuenten cuántos dientes tienes».
  - «¡Puede que te limpien los dientes para que queden brillantes!».
- Si a usted no le gusta ir a la clínica dental, no se lo diga a su niño. Puede que eso lo ponga nervioso para la visita.
- Simulen que tienen una silla dental. Jueguen a que usted es el dentista o el higienista dental. Mire adentro de la boca de su niño y cuente sus dientes; luego hable sobre cómo cepillarse los dientes.
- Lean libros y vean videos con su niño sobre visitas a la clínica dental. No use libros o videos que tengan palabras como doler, dolor, inyección, taladro, miedo o cualquier otra palabra que pueda asustar a su niño.
- Permítale a su niño llevar su frazada o juguete favorito a la clínica.
- Si descubre que su niño recibirá un pequeño juguete o un cepillo de dientes nuevo al final de la visita, recuérdale sobre ese premio.
- Planee una actividad divertida para después de la visita.



Este folleto fue preparado por el National Center on Health (Centro Nacional de la Salud) bajo el acuerdo de cooperación #9OHC0005 para el Departamento de Salud y Servicios Humanos de EE. UU., Administración para Niños y Familias, Oficina Nacional de Head Start.

National Center on Health. 2014. *Hábitos sanos para sonrisas felices: visita a la clínica dental con su niño*. Elk Grove Village, IL: National Center on Health.

Fotos que requieren reconocimiento: National Museum of Dentistry (Museo Nacional de Odontología) / Foter / CC BY-NC-ND (primera página, parte superior); Kristen Jennings / Flickr / CC BY-NC-ND (última página)