

Dentición

La mayoría de los bebés obtienen su primer diente entre los 6 y 10 meses, comenzando con los dos dientes medios inferiores, luego los dos dientes medios superiores y luego los laterales. Puede que no todos estén en línea recta, pero generalmente se enderezan con el tiempo. Es posible que su bebé no tenga ningún síntoma en absoluto, pero los signos comunes de la dentición incluyen:

- Irritabilidad
- Aumento del babeo,
- inflamación de las encías
- Querer morder
- Negarse a comer
- Problemas para dormir
- Frotar la cara y las orejas

Fiebre leve (temperaturas superiores a 100.4 grados F no es normal para la dentición).

¿Qué puedes hacer para ayudar?

- Anillos de dentición y toallitas frías
- Alimentos fríos (si toma sólidos)
- Hable con el proveedor de atención médica de su hijo/a antes de administrar cualquier medicamento para aliviar el dolor, como Tylenol (acetaminofeno)

*A los niños NUNCA les dé aspirina.



Cepille los dientes

Use un paño húmedo para limpiar suavemente las encías de su bebé, cachete por dentro y lengua para limpiar cualquier alimento o líquido. Esto ayudará a prevenir el crecimiento de bacterias.

Tan pronto como los dientes de su hijo/a aparezcan a través de las encías, comience a usar un cepillo de dientes para bebés para cepillar suavemente los dientes con una cantidad de pasta dental con flúor del tamaño de un grano de arroz dos veces al día. Continúe ayudando a su hijo/a a cepillarse los dientes hasta que tenga entre 6 y 7 años.

Haga que su hijo/a se entusiasme con el cepillado de dientes permitiéndole elegir su propio cepillo de dientes o pasta de dientes, cepillarse los dientes con una canción, crear un sistema de recompensas y / o hacer que el cepillado sea una actividad familiar.



"Levántate sobre la tormenta y encontrarás la luz del sol."
Mario Fernández

¿Por qué las personas usan máscaras?

From: <https://tinyurl.com/yyomngjZ>

- A veces, nuestros niños pequeños nos hacen preguntas que son difíciles de responder, especialmente cuando no estamos seguros de cuál es la respuesta correcta.
- Para los niños menores de tres años, es mejor responder sus preguntas simplemente en el idioma que entienden.
 - "A veces las personas usan máscaras cuando están enfermos o para ayudarles a mantenerse saludable para que no se vayan a enfermar."
- Evitar compartir información que no se puede entender debido a su edad.
 - ¿Y puede la persona todavía hablar?
 - "Sí, la máscara les tapa la boca, pero todavía hablan. Al igual que si me pongo la mano sobre la boca, todavía puedo hablar."
 - "¿Le dan miedo o son una persona mala?"
 - "No, la máscara cubre parte de su cara, pero eso no significa que tengan miedo o sean malos. Están usando una máscara para ayudar a evitar que las personas se enfermen."
 - ¿Me enfermare?
 - "Todo el mundo se enferma a veces. Si te enfermas, te cuidaré hasta que estés mejor. Los médicos y las enfermeras también lo ayudarán."

El juego de simulación es muy típico para los niños pequeños y les ayuda a dar sentido a su mundo al probar "los roles que ven en el mundo que los rodea. Sugiera a su hijo que finja jugar con roles médicos para entender cómo las personas cuidan a los demás cuando están enfermas.



Máscaras
Minnesota

STAY SAFE MN

¡Puedo cepillarme los dientes!

<http://mamabeefromthehive.blogspot.com/2011/03/dental-health.html>

Con papel de construcción blanco, ayude a su hijo a cortar cuadrados pequeños para representar los dientes. Luego pídale que pegue los dientes dentro de la boca.

*Consulte la página 4 del boletín para imprimir.



Primera visita al dentista;

¡Comienza desde que sea pequeño! Planifique llevar a su hijo/a al dentista dentro de los 6 meses posteriores a la presentación de su primer diente o antes del primer cumpleaños.

Es una buena idea llamar con anticipación a su dentista y preguntarle qué esperar durante la visita. Luego, juega al dentista en casa haciendo que su hijo/a se recueste en una silla o sofá y practique contar sus dientes y cepillar los dientes. ¡Hazlo divertido!

Dientes permanentes o de "adultos"

Alrededor de los 3 años, su hijo/a debe tener completos como 20 dientes de leche. A medida que los dientes adultos se abren paso, los niños comienzan a perder dientes alrededor de los 6 años.



Sea un buen ejemplo y cuide sus propios dientes:

Limite los alimentos azucarados como el refresco y el jugo. Cepille durante dos minutos, dos veces al día. Use hilo dental diariamente. Ve a Limpieza dental preventiva / Los exámenes generalmente están cubiertos por un seguro de salud.

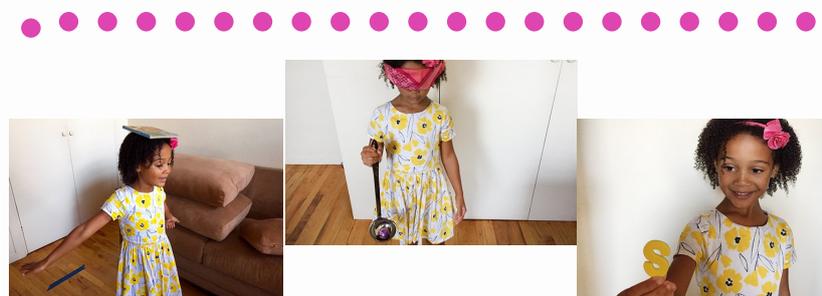
Caries

No cuidar los dientes puede causar caries. Las caries pueden ser dolorosas y, si no se tratan, causar infecciones que pueden provocar problemas para comer, hablar, jugar y aprender.

Evite mandar a dormir a su bebé con un biberón, ya que esto puede provocar caries por el biberón.

Lactancia y salud dental

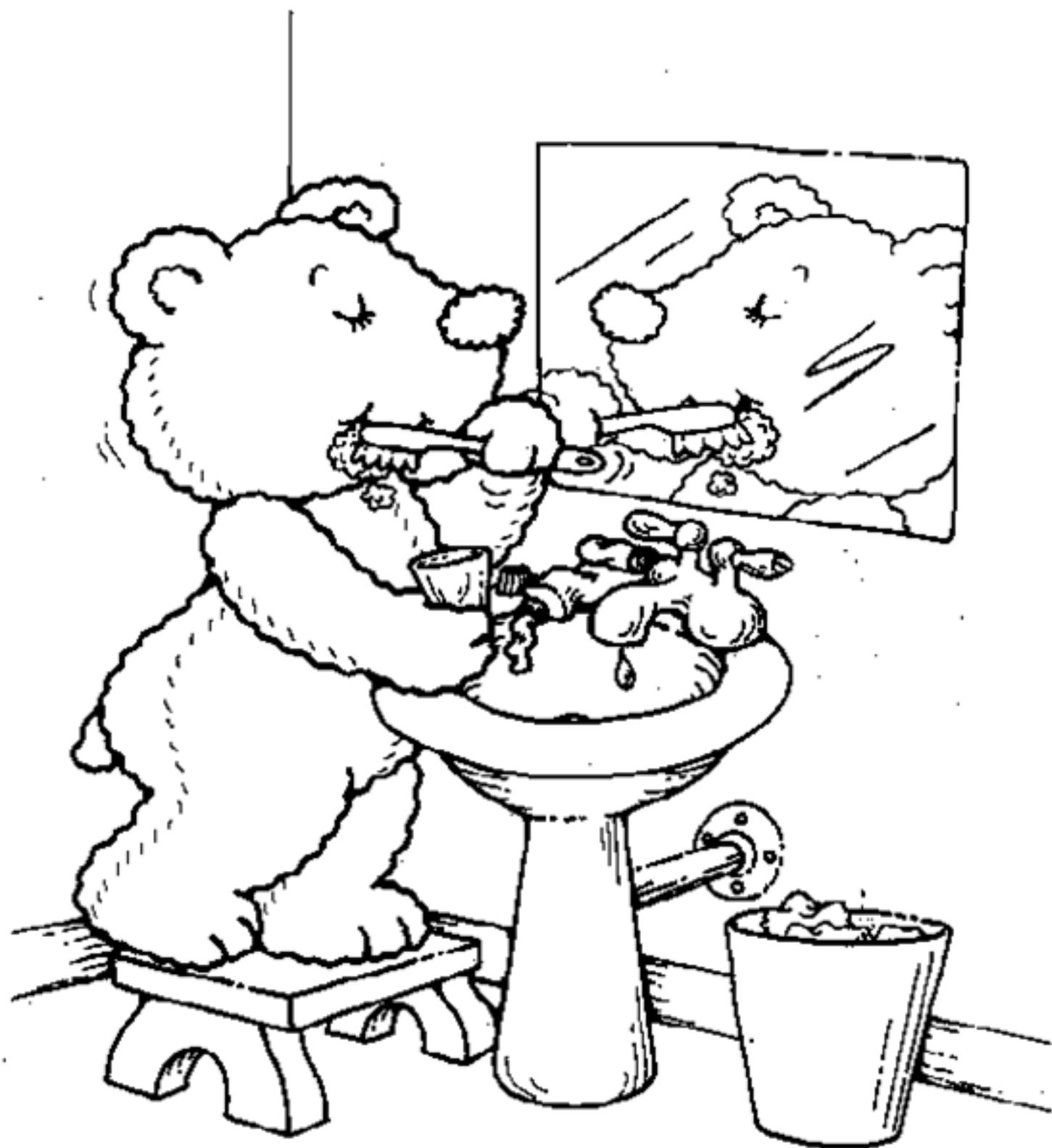
Si necesita un procedimiento dental que requiera medicamentos durante la lactancia, consulte con su dentista, médico o asesor en lactancia para asegurarse de que sea seguro para su bebé. Lact Med es un recurso útil para verificar los medicamentos durante la lactancia.



Cómo construir un obstáculos en el interior de casa para los niños

<https://mommypoppins.com/new-york-city-kids/boredom-busters/build-an-indoor-obstacle-course-for-kids-in-7-steps>

- Marque un espacio para su curso de obstáculos. Coloque un trozo de cinta o hilo en la "línea de inicio" y "línea de meta".
- Elija un movimiento tonto el niño puede hacerlo en la línea de partida para comenzar la carrera de obstáculos, como: hacer un pose, hacer un baile, hacer tres saltos, girar tres veces, pretender ser un animal determinado.
- A continuación, elegir un desafío cómo equilibrar un libro en su cabeza, para avanzar de una parte del curso al siguiente.
- Decide algunas formas en que su hijo/a puede pasar de un obstáculo a otro, como caminar como cangrejo, caminar como oso, deslizarse como una serpiente, caminar hacia atrás, caminar hacia los lados, bailar, caminar con los ojos cerrados.
- Establezca algunos obstáculos físicos más grandes, como colocar una manta entre dos sillas donde su hijo tenga que gatear o pasar por debajo del limbo; apile algunas almohadas para que su hijo tenga que "escalar montañas"; deje caer un rollo de papel higiénico vacío en un tazón o balde grande; coloque un juguete que rueda en una estación y haga que su hijo lo empuje con la nariz hacia la siguiente estación.
- Mezcle obstáculos físicos más grandes con otros más pequeños para obtener habilidades motoras finas, como cargar un juguete en un cucharón para sopa, o una cuchara grande. Buscar piezas de rompecabezas en un tazón de arroz o frijoles crudos.



PUEDO LAVARME LOS DIENTES

