



DE 2 A 3 AÑOS

RESOLVIENDO DUDAS SOBRE SALUD BUCAL

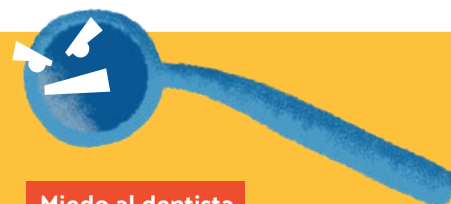
Te ayudamos a resolver dudas muy comunes sobre la salud bucal de tus hijos e hijas.

Manejo de dulces

¿PUEDO DEJAR QUE MI HIJO COMA DULCES EN LAS FIESTAS?

Es natural que los niños quieran disfrutar de los dulces en las celebraciones, pero es importante establecer límites y enseñarles hábitos saludables de nutrición.

- Permite que coman dulces en estas ocasiones, pero con moderación.
- Prohibir los dulces completamente puede generar un deseo mayor y un consumo excesivo cuando tienen la oportunidad.
- Asegúrate de que el resto de su alimentación sea balanceada y rica en frutas, verduras, proteínas y cereales integrales.
- Recuerda que la higiene bucal es muy importante.



Miedo al dentista

¿CÓMO LE QUITO A MI NIÑO EL MIEDO A IR AL DENTISTA?

Lo ideal es que las primeras visitas sean preventivas: cuando no hay ninguna afección o dolor.

- Evita que las primeras visitas sean cuando requieren tratamientos extensos o invasivos.
- Permite que el niño conozca al odontopediatra en tratamientos sencillos hasta que confíe en él.

Bruxismo infantil

¿QUÉ ES EL BRUXISMO INFANTIL Y CÓMO PREVENIRLO?



El bruxismo es el rechinar de los dientes, lo que, con el tiempo, los puede desgastar.

- Evita darles tareas estresantes y agobiantes a los niños.
- Fomenta actividades al aire libre, lo que ayudará a los niños a descargar energía.
- Es importante saber qué provoca el rechinar de dientes para poder ayudarlos.

Más información en:

www.unitedwayperu.com.pe/naceraprendiendo

Estamos comprometidos con tu bienestar y el de tus hijos e hijas. ¡Súmate a nuestra comunidad y sigue aprendiendo con nosotros!

