



¡Protege Los Dientes De Tus Niños Con Selladores Dentales!

Protege la salud integral de tu niño con selladores dentales

¿Qué son los selladores dentales?

- Los selladores dentales son recubrimientos delgados que rellenan los surcos de las muelas (dientes posteriores) donde ocurre la mayoría de las caries, evitando que entren alimentos y bacterias que causan caries.
- Los selladores deben aplicarse en las muelas, generalmente entre los 6 y 8 años de edad.

¿Cómo se aplican los selladores en los dientes posteriores?

- Los dientes que necesitan selladores se limpian primero con un cepillo de dientes antes de que el material sellante se aplique sobre el diente; éste se endurece rápidamente.
- Colocar los selladores no provoca ningún dolor y solo toma unos minutos.

¿Pueden ocurrir caries entre los selladores?

- Los selladores evitan que las bacterias obtengan los alimentos que necesitan para vivir, por lo que es poco probable que la caries continúe, incluso si algunos bacterias quedan atrapados debajo del sellador.
- Se ha demostrado que los selladores reducen las caries en un 86% el primer año y en un 56% después de cuatro años.

¿Cuánto tiempo durarán los selladores?

- Los selladores pueden durar varios años y serán revisados durante las visitas dentales.

¿Los selladores harán que los dientes se sientan diferentes?

- Un sellador dental puede ser ligeramente perceptible hasta que el masticado normal lo desgaste.

Consulte con su dentista sobre la aplicación de selladores dentales.



Fuentes: <https://www.cdc.gov/oral-health/prevention/oral-health-tips-for-children.html>

Este proyecto cuenta con el apoyo de los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades del Departamento de Salud y Servicios Humanos de EE. UU. (HHS) como parte de una subvención financiera que asciende a \$3,420,000, financiada al 100% por CDC/HHS. El contenido es responsabilidad de los autores y no representa necesariamente las opiniones oficiales ni una aprobación por parte de CDC/HHS o del Gobierno de EE. UU.



CONNECTICUT

Public Health

ct.gov/dph/oralhealth

Escanea para bajar las versiones en español, italiano, polaco, chino o portugués.



¡Ayuda A Prevenir Las Caries!

Elige alimentos y bebidas saludables para ayudar a tus dientes a estar sanos



Alimentos y Bebidas Que No Suelen Causar Caries

- Agua
- Vegetales Crujientes
- Lechuga
- Queso
- Mantequilla de Almendra (sin azúcar)
- Huevos
- Carnes Nueces
- Nueces

Alimentos y Bebidas Con Menos Probabilidad de Causar Caries

- Leche
- Bayas
- Frutas Frescas y Crujientes
- Avena
- Granos Enteros
- Palomitas de Maíz
- Yogurt
- Helados
- Batidos
- Chocolate Amargo

Alimentos Y Bebidas Que Pueden Causar Caries

- Sodas y Jugos
- Bebidas Energizantes
- Snacks de Frutas y Frutas Secas
- Cereal
- Barras de cereales y granola
- Chips, Pretzels y Crackers
- Galletas, Dulces y Postres
- Frutas Cítricas

CONSEJOS ÚTILES

- Los alimentos ricos en carbohidratos, azúcares y almidones ayudan a la formación de placa y pueden resultar en caries.
- Se debe evitar las meriendas de frutas y las frutas secas, ya que están llenas de azúcar y se adhieren a los dientes, causando caries fácilmente.
- La leche y los jugos (no más de 4 oz al día) deben limitarse a la hora de las comidas o meriendas, y consumirse de una sola vez con la comida. Nunca pongas una bebida azucarada en una "sippy cup".
- Recuerda darle a tu hijo alimentos apropiados para su edad. Los frutos secos, las salchichas y las uvas son peligrosos pues pueden provocar asfixia en los niños pequeños.



CONNECTICUT
Public Health

ct.gov/dph/oralhealth