**los dientes de leche**

A pesar de que los dientes de leche son provisorios, es muy importante cuidarlos y crear en los niños el hábito de la higiene bucal.

Los dientes de leche corresponden al primer juego de dientes del ser humano, los que son sustituidos, tras su caída, por dientes permanentes.

Los primeros dientes suelen aparecer entre los cinco y ocho meses de vida y se comienzan a caer alrededor de los cinco o seis años.

Estos dientes tienen un “reloj biológico” que les dice cuánto tiempo deben permanecer en la boca, si el niño pierde un diente temporal a temprana edad, los dientes de los lados pueden modificar su posición, cerrándose o saliendo torcidos, lo que provocará problemas de orden y mal alineamiento de los dientes.

La salud bucal está relacionada principalmente con la formación de buenos hábitos alimentarios, de higiene bucal y con la prevención de conductas nocivas repetitivas, a fin de evitar la aparición de caries dentales y malformaciones de la dentición.

El cuidado dental comienza antes de que salgan los primeros dientes de la guagua. La higiene bucal es un componente estratégico muy importante en la salud para prevenir las enfermedades más comunes de la boca. Por eso cuando enseñamos a los niños buenos hábitos de limpieza, les proporcionamos beneficios para toda la vida.

**ALGUNAS RECOMENDACIONES PARA EL CUIDADO DE LOS DIENTES TEMPORALES:**

- Iniciar la limpieza de la boca desde el primer día de vida, usando un trozo de gasa.

- Que el niño no se duerma tomando mamadera con leche, jugo o agua azucarada, así evitará la aparición temprana de caries.

- Con la aparición de los primeros dientes, utilizar cepillo suave y de cabeza pequeña después de cada comida.



- Es importante que sean los padres quienes cepillen los dientes del niño hasta que su motricidad le permita realizar una buena higiene por sí mismo, esto es alrededor de los 6 años de edad, pero igual cuando sean independientes en el lavado de dientes debe ser supervisado por un adulto.

- NO utilice pasta de dientes hasta por lo menos los 4 años de edad.

- Procure que los dientes estén limpios el mayor tiempo posible y cree hábitos de higiene bucal que acompañen al niño durante la infancia, de este modo lo continuará haciendo el resto de su vida.

Recuerde que los dientes de leche son tan importantes como los definitivos, una adecuada higiene bucal así como una buena alimentación, ayudarán a conservarlos sanos.