

# Caries por biberón

## ¿Qué es la caries por biberón?

Caries en los dientes de bebés y niños pequeños.

## ¿Qué causa la caries por biberón?

Cuando los dientes son expuestos al azúcar con frecuencia o durante largos períodos de tiempo, a menudo se producen caries. En bebés o niños pequeños, esto suele ocurrir cuando se coloca al niño en la cama con un biberón o cuando se utiliza el biberón como chupete.

## ¿A qué dientes afecta?

Puede afectar a cualquier diente, pero lo más habitual es que afecte a los dientes frontales superiores.

### Formas de prevenir la caries por biberón

#### No comparta saliva (escupir)

- Evite compartir cucharas o limpiar el biberón de su hijo con la boca.
- Después de comer, limpie las encías de su bebé con un paño limpio y húmedo.



#### Supervise el cepillado

- Ayude a su hijo a cepillarse hasta que pueda escupir y no tragar la pasta dental.
- Esto suele ocurrir hasta los 6 o 7 años.



#### No dormir con el biberón

- Termine el biberón antes de la hora de la siesta o de acostarse.
- Lave las encías y los dientes del bebé con un paño limpio y húmedo después del biberón.



#### Use un biberón limpio

- No coloque azúcar ni miel en el biberón.
- No limpie el biberón con su boca.



#### Cepille dos veces al día

- Comience a cepillar tan pronto como aparezca el primer diente.
- Use un cepillo de dientes para niños y pasta dental con fluoruro.
- Use una gota de pasta dental del tamaño de un grano de arroz para niños menores de 3 años. Para niños de 3 a 6 años, use una cantidad de pasta dental del tamaño de un guisante.



#### Leche solo en biberón

- Los biberones son solo para leche materna, leche de fórmula o leche.
- No llene el biberón con agua azucarada, jugo o refrescos.



#### Aumente los hábitos saludables

- Haga que su hijo use un vaso antes de cumplir un año.
- Coma alimentos y bebidas saludables. Tome dulces con moderación.



#### Vaya al dentista

- Tan pronto como vea el primer diente de su hijo, programe una visita al dentista.

