

**No deje que su
bebé se
duerma con el
biberón en
la boca. ¡Esto
puede
causarle
serios
problemas!**



Proteja los dientes de su bebé

Los niños que se duermen con el biberón en la boca o tienen uno en la boca con mucha frecuencia pueden:

- ▶ Tener infecciones de oído.
- ▶ Tener problemas con los dientes. A esto se le conoce como "caries de biberón."

Las "caries de biberón" son causadas por algunos alimentos que permanecen por mucho tiempo en la boca. Entre estos están: *leche o fórmula, refrescos gaseosos, jugos de frutas, bebidas o alimentos que contienen azúcar.*

Después de cada comida, limpie los dientes y encías del bebé con una toallita limpia y húmeda o con gasa. Como a los dos años de edad, comience a usar un cepillo de dientes suave.

Pida al dentista que le dé información sobre la protección de los dientes de su bebé con fluoruro. Lleve a su bebé al dentista como a los dos años de edad. Después llévelo cada seis meses.

La mejor forma de alimentar a un niño es darle el pecho, pero si tiene que darle un biberón:

- ▶ Déle el biberón sólo a sus horas de comer. Déle agua y líquidos en una taza para bebés tan pronto el bebé pueda sentarse y esté listo para sostener la taza.
- ▶ Nunca acueste a su bebé con el biberón. Si tiene que dárselo, ponga solamente agua en el biberón.
- ▶ En vez de acostar al bebé con un biberón, cántele, póngale música, arrúllelo o déle algún juguete suave; léale o cuéntele un cuento.
- ▶ No le dé un chupador (chupón) al bebé. Pero si decide darle uno, no moje en líquidos endulzados como miel o almíbar.

Paula Fitch, Asesora de nutrición y asuntos de la familia y del consumidor, Extensión Cooperativa de la Universidad de California, en colaboración con el Servicio de Información en Español de la UC.

Los programas educativos de Extensión Cooperativa están disponibles para todas las personas, sin distinción de raza, color, origen étnico, ciudadanía, religión, sexo, edad, estado civil, preferencia sexual o incapacidad física o mental. Otras publicaciones de Extensión Cooperativa en: <http://extensionespanol.net>