

Bienvenido a



Tu hijo está aprendiendo sobre salud bucal en la escuela con el Programa de Educación en Salud Bucal de Colgate® Sonrisas Brillantes, Futuros Brillantes.

Durante los últimos 15 años, Sonrisas Brillantes, Futuros Brillantes ha ayudado a niños y sus familias a tener una mejor salud bucal. Hoy, esta iniciativa global de salud bucal llega a **50 millones de niños** por año, en **80 países** y **30 idiomas**.

Como padre o cuidador, tú puedes ayudar a tu niño a tener una sonrisa brillante que durará toda la vida!

Cómo cepillarse

1



Colocar el cepillo inclinado hacia la parte externa de la encía. Cepillar suavemente hacia adelante y hacia atrás. Repetir en cada diente.

2



Cepillar la superficie interna de cada diente, usando la técnica indicada en la figura 1.

3



Cepillar la superficie de masticación de cada diente.

4



Usar la punta del cepillo para cepillar detrás de cada diente central, tanto superior como inferior.

5



¡No olvidar el cepillado de la lengua!

Cómo se usa el hilo dental

1



Cortar 45 a 60 cm. de hilo dental del dispensador y envolver los extremos alrededor del dedo medio.

2



Apojar el hilo dental contra cada diente. Alejar el hilo de la encía, moviéndolo suavemente hacia arriba y abajo contra el costado del diente.



Un mensaje para padres

Ustedes son el modelo de salud bucal de sus hijos!



Hitos de salud bucal para los niños

	Edad 0 – 2	Edad 2 – 5	Edad 5+
Sobre sus dientes	Los niños están desarrollando los dientes primarios.	Los niños tienen dientes delanteros primarios, y están desarrollando los molares.	Los niños tienen una combinación de dientes primarios y permanentes.
A esta edad...	Los dientes comienzan a erupcionar aproximadamente a los 6 meses y continúan hasta los 3 años. Una vez que comienza la dentición, continuará hasta que hayan aparecido los 20 dientes de bebé.	Edad 2 - 4: • Están desarrollando habilidades motrices. Edad 4: • Los niños se pueden cepillar con supervisión.	• Están mejorando las aptitudes de la motricidad fina, y aprendiendo la técnica correcta de cepillado. • A los 8 años, los niños pueden usar el hilo dental solos.
Características de la crema dental	Colgate® Bob Esponja® • Ofrece protección contra caries a los dientes de los deambuladores. • Un gel suave, de baja espuma, para los niños más pequeños. • El tubo <i>stand-up</i> es fácil de utilizar.	Colgate® Barbie® • Gel suave, especialmente diseñado, ayuda a proteger los dientes de los niños de las caries. • Los niños disfrutarán del cepillado al tiempo que desarrollan buenos hábitos de salud bucal para disfrutar una vida de dientes y encías sanos.	Colgate® Máxima Protección Anticaries® • Combate las caries y limpia los dientes en profundidad. • Fortalece los dientes. • Refresca el aliento. • Rico sabor a menta.
Características del cepillo de dientes	Colgate® Smiles Barney® • Este cepillo es seguro para masajear las encías durante la dentición. • Cabeza cónica, acolchada y de forma oval. Se adapta a las bocas pequeñas de los niños. • Mango de fácil agarre, ancho y suave para manos pequeñas. • Cerdas extra suaves, anguladas, limpian efectivamente y protegen las encías. • El punto central de color te ayuda a medir la cantidad recomendada de crema dental.	Colgate® Smiles Barbie & Bob Esponja® • Pequeña cabeza ovalada de material blando protege las encías de los niños. • Cerdas multi-altura curvas llegan a todos los dientes, incluyendo los molares de difícil acceso. • Mango anti-deslizante acolchado, ideal para dedos pequeños. • El punto central de color te ayuda a medir la cantidad recomendada de crema dental.	Colgate® Smiles Barbie & Rocket Power® • El limpia-lengua en la parte posterior de la cabeza, de un material blando para estimular los buenos hábitos de cuidado oral. • Pequeña cabeza ovalada de material suave protege las encías de los niños. • Cerdas multi-altura para limpiar profundamente los dientes grandes y pequeños. • Confortable apoyo para el pulgar y mango acolchado antideslizante para mejor control. • El punto central de color te ayuda a medir la cantidad recomendada de crema dental.
Consejos para padres	Bebés:] • Limpiar las encías con gasa o una tela limpia. Edad 1: • Comenzar a cepillar suavemente los dientes del niño usando una gota de crema dental sobre el cepillo.	Edades 2 – 4: • Cepíllate junto con el niño, ayudándolo a mantener el cepillo cuando sea necesario. Edades 4 – 5: • Cepíllate con el niño para ayudarlo a practicar el cepillado correcto. • Usa hilo dental cuando los dientes adyacentes estén en contacto.	Edades 5 – 7: • Pasa el hilo dental a tu niño. Edad 8: • El niño ya está listo para usar el hilo dental solo.

Claves para una Sonrisa Brillante

Los hábitos para toda la vida comienzan en el hogar. Incorpora la salud bucal a tu rutina diaria, y comparte estos recordatorios con toda tu familia:

- Cepíllate los dientes al menos dos veces por día con crema dental con flúor, especialmente después del desayuno y antes de ir a dormir.
- Usa el hilo dental todos los días (un adulto deberá usarlo en niños menores de 8 años).
- Limita la cantidad de veces que comes golosinas durante el día.
- Visita regularmente al dentista.



Y recuerda – una de las mejores maneras de lograr que tu hijo se cepille es cepíllate con él o ella. Convierte el cepillado en una actividad familiar divertida, y todos estarán sonriendo!