



A healthy smile should last a lifetime.

Cavities can be extremely painful and treatment very costly for parents. If left untreated, tooth decay can cause school absences and negatively impact a child's development and self-esteem. It doesn't have to be this way – you have the power to prevent dental disease!

- Take your child to the dentist every six months.
- Make sure your kids brush with fluoride toothpaste twice a day and floss daily.
- Brush and floss your children's teeth until they're coordinated enough to tie their shoes, usually around age six.
- Limit sugary foods and drinks, and drink fluoridated water.
- Get dental sealants (a liquid coating that prevents tooth decay) by age six to protect the first permanent molars.

Cavities are the most common childhood disease in the U.S. – yet they can almost always be prevented. Take good care of your child's teeth now through simple, preventative activities to avoid significant problems later.



DELAWARE HEALTH AND SOCIAL SERVICES
Division of Public Health
Bureau of Oral Health and Dental Services



Una sonrisa saludable debe ser para toda la vida.

Las caries pueden ser extremadamente dolorosas y un tratamiento costoso para los padres. Si éstas no son tratadas, las caries pueden causar ausencias escolares que impactan negativamente el desarrollo escolar y la autoestima del niño. No tiene que ser así – usted tiene el poder para prevenir enfermedades dentales!

- Lleve a su niño al dentista cada seis meses.
- Asegúrese de que su niño utiliza el hilo dental y se cepilla dos veces al día con una pasta de dientes que contenga fluoruro.
- Cepille y use el hilo dental en su hijo hasta que éste tenga la coordinación suficiente para amarrar sus zapatos, generalmente a los seis años.
- Limite el consumo de comidas y bebidas azucaradas, y que consuma agua con fluoruro.
- Use selladores dentales (un líquido de revestimiento que ayuda prevenir las caries) a los seis años de edad para proteger las primeras muelas permanentes que empiezan a aparecer.

Las caries es la enfermedad más común en los niños de los Estados Unidos – aún cuando éstas pueden prevenirse. Cuide de los dientes de su niño ahora con actividades simples y preventivas para evitar problemas serios más adelante.



DELAWARE HEALTH AND SOCIAL SERVICES
Division of Public Health
Bureau of Oral Health and Dental Services