

# KIDS CAVITY PREVENTION

Keeping Your Child's Teeth Healthy

Your child's first dental visit should be before 12 months old



Our Family Serving Yours

www.OmniFamilyHealth.org



## DENTAL CAVITIES



HEALTHY TEETH



EARLY CAVITIES



ADVANCED CAVITIES

When you eat **sugary** foods, **bacteria** in the mouth turn the sugar into **acid**. The acid weakens the tooth and causes **white spots**. If you keep eating sugar, **white spots** turn into cavities. **Cavities** can lead to serious **infections**.

The more often you eat sugary foods the more likely cavities will form.

## TOOTHBRUSHING

- Start as soon as you see teeth!
- Small soft toothbrush
- Small smear of fluoride toothpaste
- Keep toothpaste out of child's reach
- Sit or stand behind your child when you brush
- Brush gums and teeth
- No food or drink after brushing at bedtime



## SNACKS

- **One** sugar free snack between meals
- No "grazing"!
- **Healthier snacks** such as cheese, vegetables, fresh fruit, plain crackers, Cheerios™, and pretzels



## BOTTLES

- Hold your child when bottle feeding
- Only use **formula** or **breast milk** in bottles
- **No bottles in bed!**
- Stop using the bottle by 12 months old



## CUPS

- Introduce cup at 6-9 months old
- Do not let your child carry around a bottle or sippy cup
- For children one year and older offer only milk or water between meals

Call Omni Family Health at  
**(866) 707-OMNI** (66 64)  
to schedule an appointment.

For more information, visit our website:

[www.OmniFamilyHealth.org](http://www.OmniFamilyHealth.org)

Smiles for Life  
A national oral health curriculum



Developed by AB Douglass, MD, JM Douglass, BDS DDS, HJ Silk, MD  
University of Connecticut Schools of Medicine and Dental Medicine

# PREVENCIÓN DE CARIES INFANTIL

Puede Mantener La Sonrisa De Su Hijo Saludable

La primera visita dental de su hijo debe ser antes de los 12 meses de edad



Nuestra Familia Sirviendo La Suya

[www.OmniFamilyHealth.org](http://www.OmniFamilyHealth.org)



## CARIES DENTALES



DIENTES SANOS



CARIES TEMPRANA



CARIES AVANZADA

Cuando come comidas con mucha **azúcar**, las **bacterias** de la boca convierten el azúcar en ácido. El **ácido** debilita el diente y causa **manchas blancas**. Si continúa comiendo alimentos dulces, las **manchas blancas** se vuelven caries. La caries dental puede resultar en infecciones graves.

Mientras más come comidas o bebidas con azúcar, más posibilidades tiene de que se formen caries.

## CEPILLADO DE DIENTES

- ¡Comience tan pronto vea dientes!
- Use cepillo pequeño y blando y pasta dental con fluoruro del tamaño de un arroz
- Mantenga la pasta dental fuera del alcance de los niños
- Siéntese or párese detrás de su hijo cuando le cepilla
- Cepille encías y dientes
- Evite comidas o bebidas después de cepillar



## REFRIGERIOS

- **Un** refrigerio sin azúcar entre comidas
- No deje que su hijo coma refrigerios todo el día
- **Solo refrigerios saludables** como queso, vegetales, fruta fresca, galletas saladas, Cheerios™ y pretzels.



## BIBERONES



- Carge a su hijo mientras le de el biberón
- Solamente use **fórmula** o **leche materna**
- **iNo use biberones en la cama!**
- Pare de usar el biberón antes de los 12 meses de edad

## VASOS

- Introduzca vasos a los 6-9 meses de edad
- No permita que su hijo cargue el biberón o el vaso a diario
- Solamente ofrezca leche o agua entre las comidas a niños de un año o más

Llame a Omni Family Health al **(866) 707-OMNI** (66 64) para programar una cita.

Para obtener más información, visite nuestro sitio web:

[www.OmniFamilyHealth.org](http://www.OmniFamilyHealth.org)

Smiles for Life  
A national oral health curriculum



Developed by AB Douglass, MD, JM Douglass, BDS DDS, HJ Silk, MD  
University of Connecticut Schools of Medicine and Dental Medicine