

Don't put juice or soda in a bottle. Only formula, breastmilk, and small amounts of water should be placed in a bottle. Always consult with your doctor.

No ponga jugo o refresco gaseoso en un biberón. Solamente fórmula láctea o leche materna y pequeñas cantidades de agua deben ponerse en el biberón. Siempre consulte a su médico.

The germs in your mouth that cause decay can be passed to your child.

Los gérmenes en su boca que causan la caries pueden pasarse a su hijo(a).

- Don't share eating utensils, cups or straws.
No comparta utensilios para comer, tazas o popotes.
- Clean baby's pacifier with water. Do not place in your mouth to clean.
Limpie el chupón del bebé con agua. No lo coloque en la boca de usted para limpiarlo.

Ask your child's medical provider to look in their mouth during well check visits. Take your infant to the dentist no later than age 1.

Pídale al médico de su hijo(a) que le revise la boca durante las citas de revisión para niños sanos. Lleve a su bebé al dentista antes de cumplir 1 año de edad.



APPROVED

Connecting
Smiles

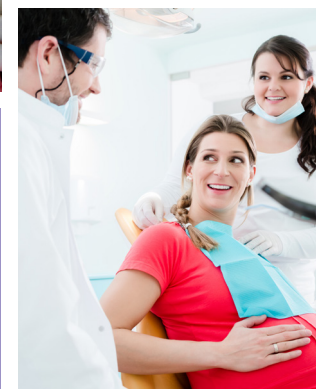
www.connectingsmilessc.org/



www.scdhec.gov/health/oral-health

ML-025676 11/18

Before, During & After Pregnancy
Oral Health



Antes, Durante y Después del Embarazo
Salud Bucal

Before & During Pregnancy

Antes y Durante el Embarazo

Tooth decay and gum disease are infections and can affect you and your baby.

La caries dental y la enfermedad de las encías son infecciones y pueden afectarles a usted y a su bebé

Take care of your mouth before and during pregnancy by brushing with fluoride toothpaste twice a day, flossing once a day and seeing a dentist.

Cuide su boca antes y durante el embarazo cepillándose los dientes con pasta dental con fluoruro dos veces al día, use hilo dental una vez al día y vea a un dentista.

Eat healthy foods that will help you and will give your baby a healthy start. Cut down on sweets like candy, cookies and sugary drinks. Drink water especially between meals and after snacks.

Coma alimentos saludables que le ayudarán a usted y le darán a su bebé un comienzo saludable. Reduzca el consumo de dulces como golosinas, galletas y bebidas azucaradas. Beba agua especialmente entre las comidas y después de los aperitivos.

Visit the dentist while you are pregnant. It is safe and can help you have a healthy baby. Good prenatal care includes care of the mother's teeth and gums.

Visite al dentista mientras está embarazada. Es seguro y puede ayudarle a tener un bebé sano. El buen cuidado prenatal incluye el cuidado de los dientes y las encías de la madre.



Tips for visiting the dentist while pregnant...

Consejos para visitar al dentista durante el embarazo...

- Tell the dental staff you are pregnant and tell them your due date.
Déjele saber al personal de cuidado dental que usted está embarazada y dígales la fecha del parto.
- Tell your medical provider if you need help getting dental care or if you are experiencing dental problems.
Déjele saber a su proveedor médico si usted necesita ayuda con el cuidado dental o si está teniendo problemas dentales..
- Get treatment if needed. It is safe to have dental treatment and x-rays during pregnancy. The dental staff will know how to provide safe treatment that will not harm you or your baby.
Adquiera tratamiento si es necesario. Sí es seguro recibir tratamiento dental y rayos X durante el embarazo. El personal de cuidado médico sabrá cómo proporcionarle tratamiento seguro que no dañe a su bebé.

Do you experience frequent nausea and vomiting?

¿Tiene náuseas o vómito con frecuencia?

- Rinse your mouth with water.
Enjuáguese la boca con agua.
- Eat small amounts of food throughout the day.
Coma pequeñas cantidades de comida durante el día.

If you vomit, rinse with a cup of water containing a teaspoon of baking soda and wait about one hour before brushing teeth.

Si vomita, enjuáguese con un vaso de agua que contenga una cucharadita de bicarbonato de sodio y espere aproximadamente una hora antes de cepillarse los dientes.

After Delivery

Después del Parto

Maintain good oral health habits by brushing, flossing and visiting the dentist.

Mantenga buenos hábitos de salud bucal cepillándose los dientes, usando hilo dental y visitando al dentista.

Wipe your baby's gums with a soft cloth or use a finger brush after every feeding even before teeth arrive.

Limpie las encías de su bebé con un pedazo de tela suave o con un cepillo dental para bebés después de comer, incluso antes de que le salgan los dientes.

After teeth arrive clean your baby's teeth twice a day. Use a soft cloth or a toothbrush with soft bristles. For children under three years of age, use a smear of fluoridated toothpaste. For children over 3, a pea-sized amount is recommended.

Después de que le salgan los dientes a su bebé, límpieselos dos veces al día. Use un pedazo de tela suave o un cepillo dental para bebés de cerdas suaves. Para los niños menores de tres años use solo una pequeña cantidad de pasta dental con fluoruro. Para niños mayores de 3 años, se recomienda usar una cantidad de pasta dental del tamaño de un chícharo.

Never put your baby to sleep with a bottle or sippy cup filled with formula, soda, milk or juice. This can lead to tooth decay. If a bottle is necessary, only use a small amount of plain water and consult with your pediatrician.

Nunca duerma a su bebé con un biberón o con un vaso entrenador llenos de fórmula láctea, refresco gaseoso, leche o jugo. Lo anterior puede causar caries dental. Si es necesario usar un biberón, use solamente una pequeña cantidad de agua y consulte a su pediatra.