

## First teeth are important!

Babies can get cavities as soon as their first teeth appear.

Going to the dentist by age one will help your baby's teeth *start healthy and stay healthy.*



## Los dientes de leche son importantes.

Los bebés pueden tener caries ni bien aparecen los dientes de leche.

Ir al dentista antes de cumplir un año ayudará a que los dientes de su niño *comiencen y sigan siendo sanos.*



C/O Rhode Island KIDS COUNT  
One Union Station  
Providence, RI 02903

For more information about the benefits of early dental visits and caring for your child's first teeth, please visit [www.TeethFirstRI.org](http://www.TeethFirstRI.org)

Para más información sobre los beneficios de visitas tempranas al dentista y cuidar los primeros dientes de su niño, por favor visite [www.PrimerosLosDientesRI.org](http://www.PrimerosLosDientesRI.org)



Funded by the Health Resources and Services Administration, Grant Number: H47MC28477. Information/content should not be construed as the official position or policy of, or endorsements be inferred by, HRSA, HHS, or the U.S. Government.

## Healthy Teeth for You and Your Baby

## Dientes saludables para usted y su bebé



Creating healthy smiles for a lifetime.

[TeethFirstRI.org](http://TeethFirstRI.org)  
[PrimerosLosDientesRI.org](http://PrimerosLosDientesRI.org)

## Being healthy during pregnancy includes having a healthy mouth.

It is important to see a dentist while you are pregnant.

Going to the dentist during pregnancy is safe and recommended.



## Mantener la salud durante el embarazo incluye tener una boca saludable.

Es importante visitar al dentista mientras está embarazada.

Visitar al dentista durante el embarazo es seguro y recomendado.

## Seeing the dentist is important to your health.

- Dental care (including exams, cleanings, and x-rays with shielding) is safe during pregnancy.
- Your teeth may weaken from acid reflux or vomiting due to morning sickness.
- Untreated dental problems during pregnancy may cause serious health issues that could harm you and your baby.



## Visitar al dentista es importante para su salud.

- La atención dental (incluye exámenes, limpiezas, y radiografías con protección) es segura durante el embarazo.
- Sus dientes pueden debilitarse debido a la acidez o vómitos debido a las náuseas del embarazo.
- Problemas dentales sin tratar durante el embarazo pueden causar serias cuestiones de salud que podrían afectarla a usted y a su bebé.

## How can I have strong teeth and a healthy mouth during pregnancy?

- Visit your dentist for regular checkups and cleanings and tell them you are pregnant.
- Brush 2-3 times daily with a soft bristle toothbrush and toothpaste with fluoride.
- Floss every night before bed.
- Rinse your mouth out with water, fluoride rinse, or mouthwash after vomiting.



## ¿Cómo puedo tener dientes fuertes y una boca saludable durante el embarazo?

- Visite a su dentista para completar los reconocimientos y limpiezas usuales y dígales que está embarazada.
- Cepílese los dientes 2 a 3 veces por día con un cepillo con cerdas blandas y pasta dental con fluoruro.
- Use el hilo dental cada noche antes de acostarse.
- Enjuáguese la boca con agua, enjuague con fluoruro o líquido bucal después de vomitar

## What happens at a first dental visit?

A baby's first visit to the dentist is recommended by age one and is similar to a checkup with the pediatrician.

- Your child can sit in your lap while the dentist looks inside your baby's mouth for early signs of cavities.
- The dentist or hygienist may do a gentle cleaning or take an x-ray.
- They will talk with you about how to keep your baby's teeth healthy at home and when you should come back for your baby's next visit.



## ¿Qué ocurre durante la primera visita dental?

Se recomienda que la primera visita del bebé al dentista ocurra antes del primer año y sea similar a un reconocimiento con el pediatra.

- Su niño puede sentarse en su falda mientras el dentista mira el interior de la boca de su bebé para ver si hay señales tempranas de caries.
- El dentista o higienista podría realizar una suave limpieza o sacar una radiografía.
- Ellos conversarán con usted sobre cómo mantener saludables los dientes del bebé en su casa y cuándo debe volver para la próxima visita de su bebé.

## How do I find a dentist who will see my young child at age one?

- Ask your child's pediatrician.
- Ask your own dentist.
- Talk to friends and family.
- Call your health insurance or dental insurance company.



## ¿Cómo encuentro un dentista que atenderá a mi pequeño niño al primer año de edad?

- Pregúntele al pediatra de su niño.
- Pregúntele a su propio dentista.
- Consulte a familiares y amigos.
- Llame a la compañía de su seguro médico u odontológico.