



Consejos para ayudarle al bebé a dormirse sin un biberón o sin una taza entrenadora antiderrames:

- Tome en brazos al bebé y mézalo en la silla mecedora
- Toque música suave o cántele suavemente al bebé.
- Léale un libro o cuéntele a su niño un cuento tranquilizador para prepararlo para dormir.
- Déle al bebé un chupete limpio.



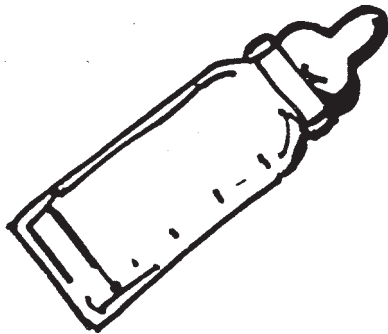
Su bebé: La alimentación con biberón y las caries

Las caries en los bebés son graves. Es posible que los bebés tengan terribles dolores de muelas y que sus dientes se pongan negros y tengan que ser extraídos. Si un bebé pierde sus dientes prematuramente, esto puede causar problemas con la masticación y con el aprendizaje del lenguaje. Los dientes permanentes también se pueden dañar durante su desarrollo.

¿Cuál es la causa de las caries en los bebés?

Las bacterias que viven en la boca del bebé causan caries. Las bacterias viven del azúcar que bebe el bebé. El azúcar no está solamente en las bebidas endulzadas o en los jugos sino que también en la fórmula. Las caries pueden empezar cuando los líquidos dulces o la fórmula permanecen en la boca del bebé por mucho tiempo. Esto puede pasar cuando:

- el bebé se duerme con un biberón o con una taza entrenadora antiderrame en la boca.
- los bebés llevan un biberón o una taza antiderrame en la mano y beben todo el día.



¿Qué puedo hacer para prevenir las caries en los dientes de mi bebé?

- El amamantamiento es la mejor manera de alimentar al bebé y de prevenir las caries.
- Si alimenta con un biberón, siempre tome en brazos al bebé mientras toma el biberón.
- Acueste al bebé **sin** un biberón o **sin** una taza entrenadora antiderrames.
- **No ponga bebidas gaseosas o endulzadas, bebidas de fruta o jugo de fruta en el biberón o en la taza antiderrame del bebé.** El bebé no necesita estas bebidas.
- Cuando el bebé tenga 6 meses, él puede empezar a beber de una taza.
- Disminuya lentamente el uso del biberón a medida que el bebé se acerca a su primer cumpleaños.

