

E-BOOK

# EL ÉXITO EN EL CEPILLADO DE MI HIJO



*Dra. Vale Dentista*

Odontóloga con Amor

# PRESENTACIÓN



Hola! Soy Valeria Salazar Avendaño, madre de dos preciosos niños: Santiago y Joaquín, esposa de mi amado Nicolás y odontóloga de profesión.

Te quiero compartir mi experiencia como madre y dentista en el cuidado de la salud oral de mis hijos.

Espero ser de ayuda y que puedas aplicar estos tips de manera exitosa en tus tesoros.


Como Experta en Prevención, quiero regalarte este ebook, que estoy segura te servirá muchísimo.

Si quieres compartir alguna experiencia o consultarme sobre algún tema en específico, te dejo mi contacto, feliz de ayudarte y juntas velar por el bienestar de nuestros retoños.

con Cariño,

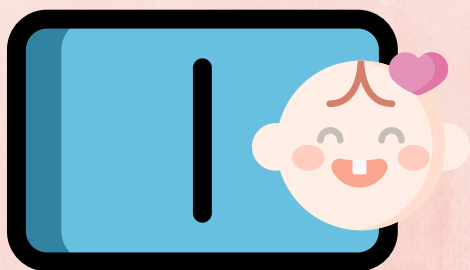
Dra Valeria Salazar Avendaño

 +569 687 128 85

 dravale.dentista



# EMPECEMOS



**EL CEPILLADO COMIENZA CON  
LA SALIDA DEL PRIMER DIENTE**



**SE DEBE  
OCUPAR  
PASTA  
DENTAL  
CON IÓN  
FLUORURO  
CON 1000-  
1000PPM**

**DOSIS: PUNTA DE UN ALFILER**



**EL CEPILLO DEBE  
TENER CERDAS SUAVE  
Y DEBE SER APTO  
PARA BEBÉ, NO SIRVEN  
LOS DE GOMA**



**AGENDA SU PRIMERA  
VISITA ODONTOLÓGICA  
ANTES DEL PRIMER AÑO  
DE VIDA**

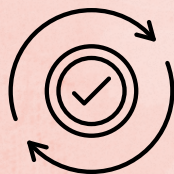
**LA DOSIS DE PASTA SERÁ INDICADA POR TU DENTISTA, DEPENDE DE LA EDAD Y  
RIESGO DE CARIES**



# LA RUTINA

**INSTAURAR UNA RUTINA PUEDE SER  
DIFÍCIL, PERO NO IMPOSIBLE, POR ESTO,  
MI PRIMER CONSEJO ES LA:**

**CONSTANCIA**



**TODOS LOS DÍAS, A LA MISMA HORA,  
ANTICIPARÁ A TU BEBÉ A CONOCER LO QUE  
SE LE REALIZARÁ, PARA IR FORMANDO EL**

**HÁBITO**

**¿CUANDO?**

**DESPUÉS DE COMER Y ANTES DE DORMIR.**

**SIEMPRE DORMIR CON LOS DIENTES LIMPIOS**





# ¿DÓNDE HACERLO?

**NO NECESARIAMENTE DEBE SER EN EL  
BAÑO, HAZLO DONDE PUEDAS, POR  
EJEMPLO: EN EL SOFÁ, CAMA, PISO,  
SILLA DE COMER, ETC**



# EXPLICACIÓN



**EXPLÍCALE LA FUNCIÓN DE SUS DIENTES,  
POR EJ:**

**"MI VIDITA, ESTOS DIENTECITOS HERMOSOS  
QUE TIENES, NOS AYUDAN A COMER,  
DEBEMOS CUIDARLOS"**



**EXPLÍCALE LO QUE VAS REALIZANDO,  
POR EJ:**

**"HIJITO, AHORA TE VOY A LIMPIAR ESOS  
DIENTECITOS PARA QUE LOS CUIDEMOS DE  
LOS BICHOS"**



**HAZLO A DIARIO, PARA QUE PUEDA  
APRENDER SOBRE LA IMPORTANCIA  
DE SU AUTOCUIDADO**





# HAZLO TÚ



**"MAMÁ YO QUIERO YO QUIERO",  
EXPLÍCALE NUEVAMENTE, POR EJ:**



**"HIJO, SÉ QUE TÚ QUIERES HACERLO, PERO  
PRIMERO LO HARÁ LA MAMÁ, LUEGO TE  
PASO EL CEPILLO A TI". ASI APROVECHAS EL  
TIEMPO QUE YA LO TIENES "AHÍ".**



**"MAMI, QUIERO HACERLO SOLO", LE  
PUEDES RESPONDER:**



**"MI CORAZÓN, LA MAMÁ TE TIENE QUE  
AYUDAR!" LE DAS UN ABRAZO Y UN BESO, LE  
PIDES QUE ABRA LA BOCA**



**EL REALIZAR EL CEPILLADO ES  
RESPONSABILIDAD DE LOS  
CUIDADORES, HASTA QUE YA  
SEPA ABROCHARSE LOS  
CORDONES DE SUS ZAPATOS.  
HAY QUE VIGILARLOS, TODA  
LA NIÑEZ Y ADOLESCENCIA ,  
HASTA QUE SEAN ADULTOS  
RESPONSABLES.**








# IMITACIÓN

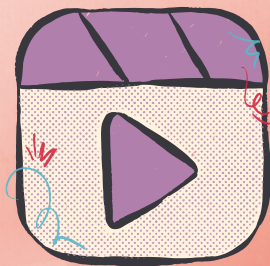
**MUESTRALE QUE TU TAMBIÉN TE  
CEPILLAS LOS DIENTES, INVÍTALO A  
ACOMPAÑARTE.**



**PUEDES MOSTRARLES IMÁGENES  
(IMPRESAS O DIGITALES, SEGÚN TU  
ESTILO DE CRIANZA) SOBRE ESTE  
HÁBITO.**



**CUANDO ESTÉ MÁS GRANDE (TIPO 2-  
3AÑOS) PUEDES MOSTRARLE VIDEOS  
QUE REFLEJEN LA IMPORTANCIA DEL  
CEPILLADO.**



# PASO A PASO



HAZLO **PAUSADAMENTE**, PERO BIEN, PORQUE  
SI LO HACES RÁPIDO, ES DIFÍCIL QUE EL  
CEPILLADO QUEDE OK, SIN EJERCER FUERZA  
(MUEVE SÓLO TU MUÑECA), TE DEJO 2  
TÉCNICAS DISTINTAS:

1

## TÉCNICA CIRCULAR

BOCA CERRADA

DE DERECHA A IZQUIERDA,

LUEGO ABRIR LA BOCA PARA LIMPIAR POR ATRÁS Y  
LAS MUELAS POR LA PARTE QUE MASTICAN

2

## TÉCNICA BARRIDO

PRIMERO ARRIBA, LUEGO ABAJO:

1: MUELAS DE LA DERECHA

2: COLMILLO DERECHO

3: PALETAS

4: COLMILLO IZQUIERDO

5: MUELAS IZQUIERDAS

REPETIR POR ATRÁS Y LUEGO POR LA CARA QUE MASTICAN  
LAS MUELAS.

EL BARRIDO ES DE ARRIBA HACIA ABAJO EN SUPERIOR Y AL REVÉS EN INFERIOR





# ¡AMOR, Y MÁS AMOR!

**TODLO LO QUE HAGAS, HAZLO CON AMOR.  
SI NO QUIERE LAVARSE LOS DIENTES,  
INTENTA UN RATITO MÁS, TAL VEZ  
CUANDO ESTÉ JUGANDO O HACIENDO  
OTRA ACTIVIDAD.  
NO SIEMPRE DEBE SER EN EL BAÑO.**

**LO IMPORTANTE ES: LOGRAR EL  
OBJETIVO**





**NO OLVIDAR**

**EL ÉXITO VA DE LA MANO  
CON LA CONSTANCIA Y EL  
AMOR**

**PREVENIR ES AMAR**



# CONVERSEMOS

**ESPERO HABERTE AYUDADO CON ESTOS  
TIPS, CUÉNTAME QUÉ TE PARECIÓ ESTE  
E-BOOK.**

**Y LO MÁS IMPORTANTE!**

**¡NO TE  
RINDAS!**

**PREVENIR ES AMAR**

 **DRAVALE.DENTISTA**

