

# GOOD ORAL HEALTH BEGINS AT BIRTH

## HELPFUL INFANT TIPS:

Before your baby's teeth show, you should clean the gums with a damp cloth after meals and at bedtime. Once teeth show, you should clean them with a soft toothbrush (without toothpaste) after meals and at bedtime.

Your doctor can teach you how to clean your baby's gums and teeth.

It is good to wean your child from a bottle between 9 and 12 months of age.

## HELPFUL SLEEPING TIPS FOR BABY:

Do not put your baby to sleep with a bottle, try one of these instead:

- Offer a blanket
- Give baby a warm bath
- Rock baby to sleep
- As a last resort, allow WATER ONLY in the bottle
- It may take about 3 to 7 nights of the child crying to break the bedtime bottle habit.

If you are a MassHealth member and need help finding a dentist please call **1-800-207-5019**.

Need help? Get answers right now through the new MassHealth member portal! Visit us at [www.masshealth-dental.net](http://www.masshealth-dental.net).



# LA BUENA SALUD DENTAL COMIENZA AL NACER

## **CONSEJOS ÚTILES PARA LOS INFANTES:**

Incluso antes de que le salgan los primeros dientes a su bebé, usted deberá limpiar sus encías con un trapo húmedo después de cada comida y a la hora de acostarlo.

Su doctor puede enseñarle cómo limpiar las encías y dientes de su bebé.

Después que le salgan los dientes, usted deberá limpiarlos con un cepillo de dientes de cerdas suaves (sin pasta dental) después de cada comida y a la hora de acostarlo.

Es una buena idea desacostumbrar al niño del biberón entre los 9 y los 12 meses de edad.

## **CONSEJOS ÚTILES PARA DORMIR AL BEBÉ:**

No deje que el bebé se duerma con el biberón, en lugar de eso trate losiguiente:

- Ofrecer una manta
- Meza al bebé para que se duerma
- Como último recurso, dele el biberón con AGUA SOLAMENTE.
- Es posible que al bebé le tomen de 3 a 7 noches, y llore, para que rompa el hábito de irse a dormir con el biberón.

Si tiene MassHealth y necesita ayuda para encontrar un dentista llame a al **1-800-207-5019**.

¿Necesita ayuda? Obtenga respuestas ahora mismo en el nuevo portal para miembros de MassHealth. Visítenos en [www.masshealth-dental.net](http://www.masshealth-dental.net).

