

Healthy Habits for Happy Smiles



Understanding Why Baby Teeth Are Important

Baby (primary) teeth are a child's first set of teeth. A baby's teeth start to come in at 6 to 10 months. By the time a child is 2½ to 3 years old, all 20 baby teeth will have come into the mouth. Taking care of a child's baby teeth is important for the child's overall health and development.



School readiness begins with health!



Baby teeth are important for children to:

- **Chew and eat foods.** Children need to eat healthy foods every day to grow and be strong. Children with tooth decay are less likely to eat crunchy foods, such as fresh fruits and vegetables. Being able to eat these foods promotes good nutrition and a healthy weight.
- **Speak clearly.** Children who lose baby teeth too early may have trouble making certain sounds. This can make it hard to understand the child. A child may need speech therapy to improve speech problems that may develop because of missing teeth.
- **Keep space for adult teeth.** Baby teeth hold space for adult teeth growing in the jaw. If a baby tooth is lost too early, other teeth that

are already in the mouth will move into the space. It can block out the adult tooth trying to come in and cause crowding. The upper and lower jaws may not meet properly because of the crooked teeth.

- **Stay healthy.** Tooth decay in baby teeth can lead to infections that can cause fever and pain. If not treated, the infection from tooth decay can spread to other parts of the head and neck and lead to severe swelling.
- **Have self-confidence.** Children with decayed front teeth tend to not smile or may cover their mouth when talking. Sometimes they stop playing with other children. A healthy smile helps give children the self-confidence needed to have good social experiences.



.....

This handout was prepared by the National Center on Early Childhood Health and Wellness under cooperative agreement #9OHC0013 for the U.S. Department of Health and Human Services, Administration for Children and Families, Office of Head Start and Office of Child Care.

National Center on Early Childhood Health and Wellness. 2017. *Healthy Habits for Happy Smiles: Understanding Why Baby Teeth Are Important*. Elk Grove Village, IL: National Center on Early Childhood Health and Wellness.



ADMINISTRATION FOR
CHILDREN & FAMILIES



NATIONAL CENTER ON
Early Childhood Health and Wellness

Hábitos sanos para sonrisas felices



Por qué son importantes los dientes de leche

Los dientes de leche (primarios) son el primer grupo de dientes que le salen al niño. Los dientes del bebé empiezan a aparecer entre los 6 y los 10 meses de edad. Para cuando el niño tiene entre 2 años y medio y tres años, ya habrán aparecido en su boca los 20 dientes de leche. Cuidar de los dientes de leche es importante para la salud y el desarrollo general del niño.



¡La preparación para la escuela comienza con la salud!



Los dientes de leche son importantes para que los niños puedan:

- **Masticar y consumir alimentos.** Para crecer y estar fuertes, los niños necesitan comer alimentos sanos todos los días. Los niños con problemas de caries suelen comer pocos alimentos duros, como frutas y verduras frescas. El consumo de ese tipo de alimentos contribuye a una buena nutrición y un peso saludable.
- **Hablar con claridad.** Los niños que pierden dientes de leche prematuramente pueden llegar a tener problemas para producir ciertos sonidos. Esto puede hacer que sea difícil entenderlo. El niño podría requerir una terapia del lenguaje para mejorar problemas en el habla que podrían desarrollarse por la falta de dientes.
- **Mantener el espacio para los dientes permanentes.** Los dientes de leche mantienen el espacio en la mandíbula para los dientes permanentes que están creciendo. Si se

pierde un diente de leche prematuramente, los otros dientes que ya están en la boca se moverán hacia ese espacio. Como consecuencia, podrían tapan el espacio para el diente permanente que está intentando salir y así producir apiñamiento. Es posible que las mandíbulas superior e inferior no se alineen correctamente a causa del apiñamiento dental.

- **Mantenerse sanos.** Las caries en los dientes de leche pueden conducir a infecciones que podrían producir fiebre y dolores. Si no se trata, la infección puede extenderse a otras partes de la cabeza y el cuello y producir inflamaciones agudas.
- **Tener confianza en sí mismos.** Los niños con caries en los dientes delanteros suelen sonreír menos y taparse la boca cuando hablan. A veces hasta dejan de jugar con otros niños. Una sonrisa saludable ayuda a los niños a sentir la confianza que necesitan para tener una buena vida social.



Este folleto fue preparado por el Centro Nacional de Salud y Bienestar en la Primera Infancia bajo el acuerdo de cooperación #9OHC0013 para el Departamento de Salud y Servicios Humanos de EE. UU., la Administración para Niños y Familias, la Oficina Nacional de Head Start y la Oficina de Cuidado Infantil.

Centro Nacional de Salud y Bienestar en la Primera Infancia. 2017. *Hábitos sanos para sonrisas felices: Por qué son importantes los dientes de leche*. Elk Grove Village, IL: Centro Nacional de Salud y Bienestar en la Primera Infancia.



ADMINISTRATION FOR
CHILDREN & FAMILIES



NATIONAL CENTER ON
Early Childhood Health and Wellness