

## Consejos para la dentición

La etapa de la dentición puede ser estresante para tu bebé y también para vos. Armamos un plan de acción para la dentición que te ayudará a superar esta etapa sin rechinar los dientes.

- Distraé a tu bebé de la molestia de sus dientes con un cambio de ambiente o de juego.
- Considerá darle un anillo de dentición para aliviar su dolor.
- Podés enfriar el anillo de dentición en la heladera, pero nunca lo metas al freezer.
- Si tu bebé tiene seis meses o más, puede ayudarlo masticar corteza o un palito de pan, siempre bajo supervisión.
- También puede ser útil darle pepino pelado y enfriado en la heladera.
- Evitá darle bizcochitos o galletas, porque contienen azúcar y pueden deteriorar los dientes.
- No hay evidencia que garantice que los geles para la dentición sean efectivos, pero si decidís probar uno, asegurate de que esté diseñado especialmente para bebés.
- La misma recomendación aplica para los geles homeopáticos para la dentición, una vez más, si decidís probar uno, asegurate de que tenga licencia de uso en tu país. Algunos productos sin licencia se vincularon a efectos secundarios graves.
- A los bebés de tres meses o más se les puede dar paracetamol e ibuprofeno para aliviar el dolor. Seguí las instrucciones en el prospecto del medicamento, o hablá con tu médico o farmacéutico si no estás segura de cómo usarlo.

Cuando aparezcan los dientes, cepilláseles con una pasta dental con flúor.

**URL de origen:** <https://www.nestlebabyandme.com.ar/6-12-meses/denticion-del-bebe>