

## Tips para Visitas a Niños entre los 8 y 9 Años de edad

Para esta visita básica al aula de clase, te presentarás, hablarás sobre la importancia de los buenos hábitos de salud oral, y distribuirás un crucigrama de salud oral

### 1. Preséntate

Cuéntale a los niños que eres un voluntario de una compañía llamada Colgate-Palmolive y que los estás visitando hoy para hablarles acerca de la salud oral.

Pregunte a los niños que palabras se les vienen a la mente cuando piensan en "Salud oral". Anímelos proporcionando ideas iniciales como: Cómo hacen para cuidar sus dientes? Cómo hacen para mantenerlos brillantes y radiantes?

### 2. Comparte Mensajes Claves

Cuéntales que conocer las claves de salud oral puede ayudarles a mantener una sonrisa brillante que durará por siempre.

Repasa estos mensajes con el grupo:

- Cepíllate correctamente con crema dental fluorizada por lo menos dos veces al día , especialmente después de las comidas y antes de ir a la cama
- Usa hilo dental diariamente (Los padres deben pasar el hilo dental en sus hijos menores de 8 años)
- Reduce el número de las golosinas que comes por día.
- Visita al odontólogo dos veces por año.

### 3. Distribuye el Crucigrama.

Diles a los niños que el crucigrama es un modo divertido de recordar los mensajes claves sobre salud oral. ¡Invítalos a que lleven el rompecabezas ya completado a casa y lo compartan con su familia!

Horizontales	Verticales
1) dientes	6) cepillo de dientes
2) flúor	3) odontólogo
6) crema dental	4) hilo dental
7) golosinas	5) placa
8) rayos x	9) sonrisa

**Respuestas**

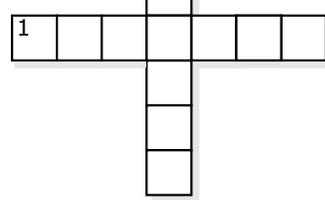
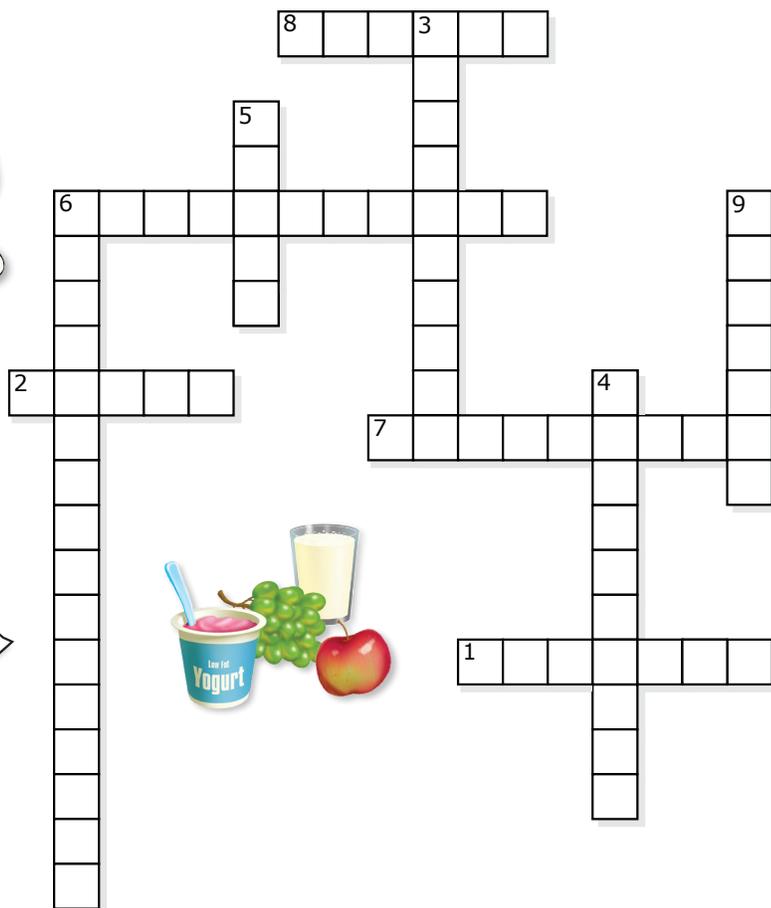
¡Agradécele a los niños por ayudar al Dr. Muelitas a llevar Sonrisas Brillantes a todo el mundo!





# Crucigrama Sonrisas Brillantes

¡Hola Chicos! Prueben sus conocimientos en salud oral completando los espacios del crucigrama. Las palabras que descubrirán les ayudarán a mantener una sonrisa brillante. ¡Luego, autorrecompénsate con el marcador de sonrisas brillantes!



## Horizontales

- 1) Cepíllalos correctamente por lo menos dos veces al día
- 2) El ingrediente de la crema dental que mantiene los dientes fuertes
- 6) Viene en un tubo, su ingrediente especial es el flúor
- 7) No comas muchos de estos, ¡especialmente los dulces y las gomas!
- 8) La fotografía de tus dientes

## Verticales

- 3) Úsalo para mantener tus dientes limpios y cámbialo cuando las cerdas estén desgastadas.
- 4) El doctor que cuida de tus dientes
- 5) Esta hebra te libera de la placa bacteriana
- 6) Esta bacteria oculta puede generar caries
- 7) Con el cepillado puedes mantenerla brillantes, ¡y podrás compartirla con los demás!
- 9) Esta bacteria oculta puede generar caries

## Marcador Sonrisas Brillantes



Cepíllate correctamente con crema dental fluorizada por lo menos dos veces al día, especialmente después de las comidas y antes de ir a la cama

Usa hilo dental diariamente

Reduce el número de golosinas que comes por día.

Visita al odontólogo dos veces por año.





# Tu Sonrisa Brillante

## Salud Oral Para Niños

### ¡Crea hábitos para Toda La Vida!

Tú puedes ayudar a los niños a crear hábitos de salud oral adecuados desde muy jóvenes.

Sé un modelo a seguir en encías saludables siguiendo estos sencillos pasos... ¡y ayúdanos a mantener la sonrisa de un niño para toda la vida!

- Cepíllate cuidadosamente con crema dental fluorizada por lo menos dos veces al día, especialmente después de las comidas y antes de ir a la cama
- Usa hilo dental diariamente (los padres deben pasar el hilo dental en sus hijos menores de 8 años)
- Reduce el número de comida chatarra por día
- Visita al odontólogo dos veces al año



### Por qué es importante tener Dientes y Encías Saludables

Las "estructuras orales" saludables incluyen encías firmes y dientes fuertes. ¡Ellas son importantes para los niños de tantas maneras!

**Alimentación.** La comida es triturada a través de la masticación. Los dientes trabajan en conjunto con la saliva para triturar bien los alimentos antes de ser tragados.

**El Habla.** Tanto los dientes de los bebés (de leche) como los de los adultos (permanentes) son importantes para ayudar a los niños a hablar adecuadamente y para articular los sonidos.

**Autoestima.** Una sonrisa brillante y saludable puede mejorar la apariencia e incrementar la confianza.

**Estética.** ¡Un aliento fresco te hace sentir mejor — y hace que un niño se integre mejor!

### Tips para Un Buen Cepillado *para compartir con los niños*

- **¡Remueve la placa!** Cepilla toda la superficie de los dientes, superior, frontal, inferior, posterior, dentro, y fuera. ¡Asegúrate de cepillar tu lengua también!
- **Cuida tus dientes de leche.** Ellos guardan el lugar para los dientes permanentes y ayudan a que estos nazcan fuertes. ¡Es importante cepillarlos bien!
- **Cepíllate también hacia atrás.** Asegúrate de alcanzar todos tus dientes, incluyendo aquellos que están más atrás. Allí es dónde tus molares de los 6 años se convertirán en tus primeros dientes permanentes.

SUPERIOR



FRONTAL

POSTERIOR

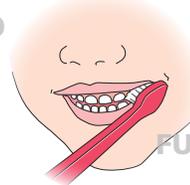


INFERIOR

DENTRO



FUERA



LENGUA





## Sonrisas Brillantes Compromiso de la Comunidad



**C**epillaremos bien nuestros dientes  
Dos veces al día por lo menos  
¡Con crema dental —  
Es la única manera!



**R**educiremos las golosinas —  
Y usaremos hilo dental  
Porque combatir la placa  
Es nuestro reto actual.



**P**or un amigo que siempre nos ayudará  
A nuestros dientes fuertes tener,  
Dos veces por año  
Al odontólogo debemos ver

**N**os aseguraremos  
Que nuestras sonrisas brillantes estén  
Nos cepillaremos cada mañana...  
Y cada noche también



Nombre de la organización: \_\_\_\_\_

**Firmado:**

Niño: \_\_\_\_\_ Fecha: \_\_\_\_\_

Líder: \_\_\_\_\_ Fecha: \_\_\_\_\_





## Sonrisas Brillantes Compromiso de la Familia



**C**epillaremos bien nuestros dientes  
Dos veces al día por lo menos  
¡Con crema dental —  
Es la única manera!



**R**educiremos las golosinas —  
Y usaremos hilo dental  
Porque combatir la placa  
Es nuestro reto actual



**P**or un amigo que siempre nos ayudará  
A nuestros dientes fuertes tener,  
Dos veces por año  
Al odontólogo debemos ver.

**N**os aseguraremos  
Que nuestras sonrisas brillantes estén  
Nos cepillaremos cada mañana...  
Y cada noche también



**Firmado:**

Niño: \_\_\_\_\_ Fecha: \_\_\_\_\_

Líder: \_\_\_\_\_ Fecha: \_\_\_\_\_





**Se le concede este certificado Sonrisas Brillantes,  
Futuros Brillantes™ a:**

---

**¡Por haber aprendido los hábitos de salud oral  
para tener sonrisas brillantes y radiantes!**

Firma

Fecha

