

Salud y seguridad en establecimientos de cuidado de niños:

Promoviendo la salud bucal infantil

**Currículo para los profesionales de salud
y proveedores de cuidado de niños**

California Childcare Health Program
(Programa de Cuidado de Salud Infantil de California)
Noviembre 2005; actualizado en 2007



Salud y seguridad en establecimientos de cuidado de niños:

Promoviendo la salud bucal infantil

Currículo para los profesionales de salud
y proveedores de cuidado de niños



California Childcare Health Program
1950 Addison Street, Suite 107 • Berkeley, CA 94704-1182
(510) 204-0930 teléfono
(510) 204-0931 fax
www.ucsfchildcarehealth.org

California Childcare Health Program (Programa de Cuidado de Salud Infantil de California) es un programa del departamento Family Health Care Nursing de la escuela San Francisco School of Nursing de la Universidad de California

AUTOR

Lynda Boyer-Chu, RN, MPH

Panel Asesor

Abbey Alkon, RN, PhD • Departamento Family Health Care Nursing, de la escuela San Francisco School of Nursing de la Universidad de California

Karen Duderstadt, RN, MS, Candidata para doctorado • Departamento Family Health Care Nursing de la escuela UCSF School of Nursing

Umo Isong, DDS, MPH, PhD • División de Odontología Pediátrica de la Escuela de Odontología de UCSF

Francisco Ramos-Gomez, DDS, MS, MPH • División de Odontología Pediátrica de la Escuela de Odontología de UCSF

AGENCIAS QUE APORTARON FONDOS

First 5 California aporta fondos a los siguientes proyectos:

First Smiles Project* a cargo de las fundaciones Dental Health Foundation y California Dental Association Foundation

Child Care Health Linkages Project del programa California Childcare Health Program**

Escuela San Francisco School of Dentistry de la Universidad de California

El centro CAN DO Center recibe el apoyo de NIH: National Institute for Dental and Craniofacial Research and National Center on Minority Health Disparities U54 DE 142501

EVALUADORES

Personal de CCHP

Robert Frank, MEd

Judith Kunitz, MA

Mardi Lucich, MAEd

Sharon Ware, RN, EdD

A. Rahman Zamani, MD, MPH

Department of Health Services, Office of Oral Health (Oficina de Salud Bucal del Departamento de Servicios de Salud)

Robyn Keller, BS, RDA

David Nelson, DDS, MS

DISEÑO

Eva Guralnick, Mara Gendell

*First Smiles es una iniciativa a nivel estatal que combate la “epidemia de silencio” de las Caries en la Primera Infancia (conocidas en inglés con la sigla ECC) y que afectan a los niños de 0 a 5 años. ECC es la enfermedad crónica más frecuente de la primera infancia y una gran causa de ausentismo escolar. Este proyecto está dedicado a brindar formación y educación sobre la prevención de ECC para profesionales médicos, odontólogos y educadores de niños en la primera infancia; como así también educación para padres de niños pequeños y padres de niños con discapacidades y otras necesidades especiales.

**La misión del programa California Childcare Health Program (conocido en inglés con la sigla CCHP) es mejorar la calidad del cuidado de los niños estableciendo y fortaleciendo las relaciones entre las comunidades que prestan servicios de salud, seguridad y cuidado de los niños y las familias que reciben estos servicios. El departamento Family Health Care Nursing, de la escuela San Francisco School of Nursing de la Universidad de California es el organismo a cargo de CCHP.

Tabla de contenido

1	Sobre el currículo	
2	Perspectiva general para los instructores	
5	Sección 1: Información básica sobre salud bucal	
5	Lo que debe saber	
7	Lo que puede hacer	
9	Sección 2: Planes de clase para proveedores de cuidado de niños, padres y niños pequeños	
11	Plan de clase 1	Desarrollo bucal: cómo se desarrollan los dientes
12	Apuntes 1.1	Información y estrategias para tres grupos de niños según sus edades: Cómo se desarrollan los dientes
13	Apuntes 1.2	Hoja informativa para las familias: Dentición
14	Plan de clase 2	Hábitos bucales: todo lo que deber saber sobre chupar
15	Apuntes 2.1	Información y estrategias para tres grupos de niños según sus edades: Todo lo que deber saber sobre chupar
16	Apuntes 2.2	Notas sobre salud y seguridad: Succión del pulgar, del dedo o del chupón (chupete)
18	Plan de clase 3	Salud e higiene bucal: Cómo mantener los dientes limpios y fuertes
18	Plan de clase 3A	Salud e higiene bucal: Cómo mantener los dientes limpios y fuertes (niños de 3 a 5 años de edad)
20	Apuntes 3.1	Salud e higiene bucal: ideas de actividades para niños en edad preescolar
27	Plan de clase 3B	Salud e higiene bucal: Cómo mantener los dientes limpios y fuertes (proveedores de cuidado de niños y padres)
29	Apuntes 3.2	Información y estrategias para tres grupos de niños según sus edades: Cómo mantener los dientes limpios y fuertes
30	Apuntes 3.3	Ideas de cómo guardar los cepillos de dientes
31	Apuntes 3.4	Cómo implementar prácticas diarias de cuidado bucal en programas ECE
32	Apuntes 3.5	Notas sobre salud y seguridad: La salud bucal para niños con discapacidades y necesidades especiales
34	Apuntes 3.6	Hoja informativa para las familias: Es importante cepillarse los dientes
35	Apuntes 3.7	Hoja informativa para las familias: El cuidado bucal
36	Apuntes 3.8	Hoja informativa para las familias: Las caries dentales en los niños pequeños
37	Apuntes 3.9	Hoja informativa para las familias: La salud bucal y el embarazo
38	Plan de clase 4	Fluoración: ¡El fluoruro es eficaz!
39	Apuntes 4.1	Información y estrategias para tres grupos de niños según sus edades: ¡El Fluoruro es eficaz!
40	Plan de clase 5	Dieta y nutrición: Alimentación saludable
40	Plan de clase 5A	Dieta y nutrición: Alimentación saludable (niños de 2 a 5 años de edad)
41	Apuntes 5.1	Dieta y nutrición: Ideas de actividades de nutrición para niños en edad preescolar
43	Plan de clase 5B	Dieta y nutrición: Alimentación saludable (proveedores de cuidado de niños y padres)
44	Apuntes 5.2	Información y estrategias para tres grupos de niños según sus edades: Alimentación saludable
45	Apuntes 5.3	Hoja informativa para las familias: Buena nutrición y sonrisas saludables

46	Plan de clase 6	Control y prevención de lesiones: ¡Ay!
48	Apuntes 6.1	Información y estrategias para grupos de niños de tres años de edad: ¡Ay!
49	Apuntes 6.2	Control y prevención de lesiones: Qué hacer en caso de una emergencia dental
50	Apuntes 6.3	Control y prevención de lesiones: Cuidado y primeros auxilios en caso de emergencia dental
51	Apuntes 6.4	Notas sobre salud y seguridad: Precauciones estándares y universales en establecimientos de cuidado de niños
53	Sección 3: Resumen y conclusión	
57	Resumen y conclusión: Actividad para finalizar: Parte 1	
58	Resumen y conclusión: Actividad para finalizar: Parte 2	
59	Sección 4: Fuentes de consulta	
59	Organizaciones y fuentes de consulta estatales y nacionales	
65	Materiales educativos para niños	
67	Sección 8: Apéndices	
69	Apéndice 1: Instrumento de evaluación de riesgo de caries (conocido en inglés por la sigla CAT)	
70	Apéndice 2: Zonas que están óptimamente fluoradas, organizadas por código postal	
71	Apéndice 3: Los dientes sanos empiezan desde el nacimiento	
73	Apéndice 4: Cuestionario y evaluación	

INTRODUCCIÓN

Sobre el currículo

Al lector:

Este programa de enseñanza ha sido diseñado para aquellos que trabajan en el área del cuidado y educación de niños en la primera infancia y que tienen interés en promover la salud bucal; es decir: los profesionales de la salud y del Cuidado y Educación de la Primera Infancia (conocida en inglés por la sigla ECE), tales como los Consultores del Cuidado de la Salud de Niños (conocidos en inglés por la sigla CCHC), enfermeras escolares y Defensores del Cuidado de Salud de los Niños (conocidos en inglés por la sigla CCHA). Al ser una persona que trabaja en este campo, usted puede marcar una diferencia notable y duradera en la salud bucal de los niños. Por ejemplo, se puede revisar si los bebés tienen caries causadas por el biberón (conocidas como caries de la primera infancia), a los niños en edad de aprender a caminar se les puede mostrar videos o leer sobre la importancia de tener dientes sanos; a los niños en edad preescolar, se les puede ayudar con el cepillado de los dientes y el enjuague bucal; y se puede enseñar a los padres sobre las meriendas (tentempiés) saludables. Este programa curricular brinda **información actualizada y estrategias para promover la salud bucal, específicamente la de los bebés y niños pequeños**. También ofrece **planes de clase prácticos y eficaces para proveedores de cuidado de niños, padres y niños**.

¿Por qué un currículo de salud bucal?

La mayoría de la gente se sorprendería si supiese que **la caries dental es la enfermedad infecciosa más común de la niñez**. De hecho, entre los niños de 2 a 4 años de edad en los Estados Unidos, casi un quinto de ellos tienen una caries que no ha sido tratada. [CDC, 2005] Los niños de California tienen el doble de promedio de caries no tratadas en comparación con resto de los niños del país (DHF, 2000, p 7). En los bebés, las caries dentales pueden ser severas y resultar en la condición que se conoce como caries dental por biberón o caries de la primera infancia. Asimismo, las enfermedades bucales resultan costosas para la sociedad; no sólo por los gastos directos dentales y médicos, sino también porque implica pérdida de horas de trabajo de los padres u otras personas a cargo del niño. Según el Informe General de Cirujanos de los EEUU [DHS, 2000], los adultos pierden 2.4 millones de días laborales debido a la condición odontológica de sus hijos o debido a su propia condición odontológica; lo cual podría posiblemente haber sido prevenido si hubiesen tenido buenas prácticas de higiene bucal cuando eran niños.

En California, las caries sin tratar en los niños es **dos veces más común** que en el resto de los Estados Unidos. [DHF, 2000] Los niños que no son caucásicos tienen un riesgo aún mayor de tener caries dentales; con un 40 por ciento de niños no caucásicos en edad preescolar que necesitan cuidado, en comparación con el 16 por ciento de niños caucásicos de la misma edad. Uno de los factores contribuyentes más comunes en cuanto a las caries dentales es el tomar biberón por la noche; lo cual aún es una práctica de un tercio de los padres de California que tienen niños en edad preescolar. Otro motivo importante, es que en todo los Estados Unidos, el agua potable corriente no es por lo general fluorada, a pesar de la gran cantidad de pruebas científicas de que el agua potable fluorada puede disminuir el problema de las caries. [DHS, 2000, p 7]. En California, cerca de un 30% de los residentes carecen de agua fluorada [DHS, 2000, p 7]. Un motivo adicional por el cual los niños de California tienen una mala condición bucal es porque el barniz de fluoruro, la capa de fluoruro en ambas caras del diente, no es una práctica de rutina por parte de los

proveedores de servicio médico o dental. Lo mismo ocurre con los selladores: una capa que se coloca en las caras planas de las muelas para prevenir las caries; aún no es una práctica de rutina para los dientes primarios.

Lo positivo es que **las caries dentales, en gran medida, pueden prevenirse a través de estrategias de salud pública e individual**. Sin embargo, por lo general muchas de estas estrategias no son conocidas o puestas en práctica por aquellos que están a cargo del cuidado de los niños, es decir: los padres y los proveedores de cuidado de niños. Asimismo, por lo general no se les enseña a los niños en edad preescolar que ellos pueden cuidar sus dientes. Este programa de enseñanza brinda información general y estrategias para profesionales de la salud y de ECE, seguida de clases preparadas para proveedores de ECE, padres y niños en edad preescolar. Las clases preparadas tratan seis áreas de la salud bucal de la misma forma que se describen en la profesión odontológica pediátrica: desarrollo bucal, hábitos bucales, salud e higiene, fluorización, dieta y nutrición y prevención y tratamiento de lesiones.

Perspectiva general para los instructores

OBJETIVOS DE APRENDIZAJE

Mediante el uso de este currículo, los instructores serán capaces de:

- Identificar los motivos por los cuales se deben incorporar actividades de salud bucal en todos los programas de cuidado y educación de niños pequeños.
- Dar planes de clases sobre salud bucal para proveedores de cuidado de niños, padres y niños, sobre temas tales como: desarrollo bucal, hábitos bucales, higiene bucal, fluorización, nutrición y prevención y cuidado de lesiones.
- Ofrecer actividades a los proveedores de cuidado de niños que les permita usar mensajes eficaces sobre salud bucal, identificar los obstáculos de las prácticas de salud bucal y proponer estrategias para vencer tales obstáculos.
- Brindar a los participantes fuentes de consulta actualizadas sobre información y materiales de capacitación de salud bucal.

GRUPO OBJETIVO

Este currículo está destinado a la comunidad que brinda cuidado y educación a los niños de primera infancia. Entre los ejemplos de los individuos objetivos están los profesionales de la salud y de ECE tales como Consultores del Cuidado de la Salud de Niños (CCHC) y Defensores del Cuidado de Salud de los Niños (CCHA).

TAMAÑO DE AUDIENCIA: DE 15 A 20 PARTICIPANTES

Los grupos pequeños pueden aumentar la calidad y tiempo para las discusiones; una importante manera de promover la charla entre colegas y de ayudarse mutuamente en el intercambio de creencias, actitudes y prácticas. Para los grupos más grandes, el dividirlos en subgrupos más pequeños puede ayudarlos a alcanzar estos objetivos.

DURACIÓN DEL CURSO DE CAPACITACIÓN

Los cursos de capacitación pueden ser de cuatro horas de duración, según la cantidad de tiempo y disponibilidad de la audiencia. Se debe dedicar la mayor parte del tiempo a la Sección 2. Los cálculos aproximados a continuación no incluyen tiempo para seleccionar y obtener materiales de enseñanza, preparar la presentación o realizar el seguimiento posterior al curso. Este programa curricular puede formar parte de la capacitación sobre Salud y Seguridad requerida para los proveedores de ECE en California, tal como lo establecen las regulaciones actuales del estado.

Sección	~2 horas	~4 horas
Introducción y 1	20 minutos	1 hora
2	60 minutos	2 horas (con una pausa)
3	20 minutos	½ hora
4	10 minutos	¼ hora
Evaluación	10 minutos	¼ hora

CÓMO UTILIZAR ESTE CURRÍCULO

Sección 1: Revise esta sección de forma completa porque abarca “Información básica sobre salud bucal,” esencial para los instructores de salud bucal titulada “Lo que debe saber” y estrategias claves titulada “Lo que puede hacer.”

Sección 2: Esta sección abarca “Planes de clase para proveedores de cuidado de niños, padres y niños pequeños” que trata las seis áreas principales de la salud bucal, tal como las organiza la profesión odontológica que cuenta con el apoyo de las profesiones de salud pediátrica y pública: desarrollo bucal, hábitos bucales (chupar), salud e higiene, fluorización, dieta y nutrición y control y prevención de lesiones. Según la cantidad de tiempo disponible que tenga, describa brevemente cada plan de clase y realice una demostración de una clase con más detalles. Divida la audiencia en pequeños grupos para que improvisen un juego de roles de una o más clases y analice cuán útiles son en el ambiente de trabajo de los participantes. Si usa los apuntes “Información y estrategias—para tres grupos de niños según sus edades” como lámina en el retroproyector, muestre una columna por vez y tape las otras dos columnas para minimizar distracciones.

Sección 3: Esta sección abarca dos actividades para resumir. La actividad “Cómo hacerlo memorable . . . cómo crear mensajes eficaces sobre la salud bucal” ofrece un mensaje de la salud bucal convincente. “Prácticas, obstáculos y estrategias” es una actividad para ser usada como conclusión y ayuda a los profesionales de la salud y de ECE a crear un plan realista para lograr mejoras en la promoción de la salud bucal en su propio ambiente laboral. Estas actividades combinan información y estrategias de las Secciones 1 y 2.

Sección 4: La sección Fuentes de consulta tiene un directorio confiable de fuentes de información de salud bucal y una lista de materiales didácticos tales como libros y videos para niños y padres.

PARA ENCARGAR COPIAS ADICIONALES O PARA OBTENER MAYOR INFORMACIÓN

Este currículo brinda información actualizada de salud bucal con énfasis en la información sobre estrategias esenciales para ambientes de cuidado y educación de niños de la primera infancia. Para pedir copias adicionales de este programa, visite www.ucsfchildcarehealth.org para bajar una copia, o llame a la línea de salud del Programa California Childcare Health Program (conocido en inglés por la sigla CCHP) al 800-333-3231.

Para mantenerse informado sobre las investigaciones y recomendaciones más recientes en el campo de la salud bucal en niños pequeños, se motiva al lector que lea el boletín informativo titulado *Child Care Health Connections* que es de publicación bimensual del CCHP (llame al 800-333-3231 para suscribirse) y que consulte los sitios de Internet de la sección Fuentes de consulta.

También se puede bajar información adicional del sitio de Internet de First 5 California: www.cafc.ca.gov/prg.htm; busque “Health and Social Services,” y continúe hasta encontrar el subtítulo de la iniciativa “First 5 California Oral Health Initiative.”

Salud bucal: lo que debe saber

Es importante asegurarse de que los dientes de su niño permanezcan sanos

Según los Centros de Prevención y Control de Enfermedades (conocidos en inglés con la sigla CDC, 2005), la caries dental es la enfermedad infecciosa más común de la niñez. Entre los niños de dos a cuatro años de edad, casi un quinto de ellos tiene una caries que no a sido tratada por el dentista. Los niños de California tienen el doble de promedio de caries no tratadas en comparación con el resto de los niños del país. (DHF 2000, p7).

Los adultos pueden propagar los microbios que causan las caries

Ciertas bacterias, especialmente los mutantes estreptococos y las especies lactobacilos, están siempre presente en nuestra saliva y ocasionan caries dentales. Los adultos pueden pasar estos microbios al bebé a través de la saliva cuando ellos comparten cepillos de diente, utensilios de cocina, vasos y cuando los chupones (chupetes) son “limpiados” con saliva en vez de ser limpiados con agua. Las mujeres embarazadas deben recibir tratamiento si tienen caries para promover el bienestar y reducir la cantidad de bacterias en la boca que potencialmente pueden ser pasadas al bebé después del nacimiento. (First 5 Oral Health, 2004)

Los dientes de leche son muy importantes

La mayoría de los niños tienen 20 dientes de leche que comienzan a salir a los 6 meses de edad y continúan saliendo hasta los 2 años de edad. Los dientes de leche son esenciales para una buena nutrición, el desarrollo de lenguaje, la autoestima y son los marcadores de posición para los dientes permanentes. Los adultos normalmente tienen 32 dientes permanentes que salen desde los 6 hasta los 21 años de edad.

Las caries en los dientes de leche no son sólo una molestia de poca importancia

Para muchos niños la caries puede ser severa y puede afectar el comer, dormir, hablar, jugar y estar preparado para la escuela.

Las enfermedades bucales son muy costosas

Según la Encuesta Nacional de Salud de 1989, los niños en general faltan a la escuela aproximadamente 8 millones de días escolares por culpa de problemas dentales. Los niños de familias de bajos ingresos faltaron casi 12 veces más días escolares que los niños de familias de altos ingresos (DHF, pág. 5). Cada año, los adultos pierden 2.442.000 días de trabajo a causa de sus propias serias condiciones dentales o las de sus hijos (DHHS, 2000).

Las tratamientos de caries dentales en bebés, ocasionadas por el biberón (también conocidas como caries de la primera infancia) son muy costosas; por ejemplo, los precios varían entre \$1.000 y \$2.000 y llegan hasta los \$6.000 si se necesita anestesia general en la operaciones (AAP, 2005).

Una epidemia olvidada en California

Según la Fundación de Salud Dental (DHF, 5):

- Los niños de California tienen el doble de promedio de caries no tratadas en comparación con los niños de los otros estados.
- Una tercera parte de los padres de niños en edad preescolar en California indicaron haber dado el biberón a sus bebés a la hora de dormir—poner el niño a dormir con un biberón con leche de fórmula, leche o jugo. Esto permite que el líquido se deposite alrededor de los dientes del niño, lo cual promueve la caries dental.
- Sólo el 30 por ciento de los californianos vive en condados con agua fluorada.
- Aunque los selladores dentales deberían ser aplicados tan pronto como a los 6 años de edad, cuando salen las primeras muelas; en realidad, solamente el 10 por ciento de los californianos de 8 años de edad los reciben.

Los niños de raza no caucásica son aún más vulnerables

Aproximadamente, el 40 por ciento de los niños en edad preescolar de raza no caucásica necesita tratamiento odontológico en comparación con sólo 10 por ciento de los niños caucásicos (DHF, pág. 8).

El fluoruro previene las caries dentales

El fluoruro reduce el riesgo de que los niños desarrollen caries y hace los dientes más resistentes a las caries. La fluorización del agua pública es la única manera más redituable para prevenir las caries dentales y mejorar la salud bucal. (DHF, pág. 13) Los profesionales de la salud y de ECE, como CCHC, deberían estar al tanto de la condición de fluoración en el condado donde brindan servicios. Si el agua corriente contiene fluoruro, los niños deben tomar agua de la llave cuando toman leche de fórmula, jugos diluidos, alimentos cocinados, y como bebida. Además, los consultores del cuidado de la salud infantil pueden ayudar a mantener la salud bucal y brindar recursos a las familias para que tengan acceso a otras formas de suministrar fluoruro, como por ejemplo fluoruro suplementario y barnices de fluoruro.

Importante: si los niños reciben agua fluorada (fluoruro sistémico), no deben recibir otro tipo de fluoruro sistémico; como por ejemplo suplementos en tabletas o gotas, pero sí pueden recibir otras formas tópicas, en forma de barniz o enjuague bucal.

Selladores dentales

La aplicación de selladores dentales es otra manera eficaz de proteger los dientes de los niños de las bacterias que ocasionan caries. Los selladores dentales, hechos de plástico transparente o de color, protegen las fisuras de la superficie de los dientes posteriores o molares permanentes.

Salud bucal: lo que puede hacer

- **Edúquese a usted mismo, a sus compañeros de trabajo, a los niños a su cuidado y a los padres de los niños, utilizando algunas o todas las lecciones de este currículo.** La mayoría de las lecciones en este currículo requieren materiales simples y de bajo precio. Algunos de los materiales son gratis (vea la sección Fuentes de consulta). Otros materiales como el modelo de cepillo dental son muy útiles y si se los cuida adecuadamente pueden durar por años.
- **Use el Internet para mantenerse informado y obtener excelentes materiales** (vea la sección Fuentes de consulta).
- **Para los bebés: realice el chequeo mensual llamado “levantar el labio”:** levante los dos labios y examine la superficie de los dientes, y busque manchas blancas o cafés; las manchas en los dientes son las primeras señales de caries dentales de la primera infancia. Si se encuentran señales de caries, debe avisar a los padres del niño y aconsejarles que lleven al niño al dentista dentro de los siete días siguientes.
- **Incorpore un examen de salud bucal al Examen de salud de la mañana**
MIRE si hay señales de caries o infecciones
ESCUCHE cualquier queja de molestias
TOQUE las zonas alrededor de la boca, mejillas y mandíbula para saber si hay fiebre o inflamación
HUELA si hay mal aliento; que puede ser señal de caries o infección de las encías
- **Limite el consumo de meriendas (tentempiés) azucaradas.** Sirva leche, jugos, o agua para beber durante la merienda (tentempié). Los niños de 1 a 6 años de edad, no deben consumir más de 1/2 o 3/4 taza de jugo al día. Evite los jugos de fruta y los refrescos. [<http://teammnutrition.usda.gov/Resources/Nibbles/juice.pdf>]
- **Los niños necesitan ayuda de un adulto para cepillarse los dientes hasta los 8 años de edad.** Motive a los niños a que hagan buches, es decir a que se llenen la boca con agua y la muevan de un lado al otro como un remolino varias veces para retirar los restos de comida que quedan en la boca. (Los buches retiran las partículas de comida de entre medio de los dientes y de la superficie de los mismos. El niño debe tener una buena cantidad de agua en la boca y empujarla de una mejilla a la otra y hacerla pasar por entre medio de los dientes varias veces. Al terminar se puede tragar el agua o escupirla.)
- **Pregunte a profesionales** que trabajan con programas de cuidado de niños sobre las prácticas actuales que se pueden usar en las guarderías de niños para promover la salud bucal. Una práctica que es ejemplo de esto es la Herramienta de evaluación de riesgos de caries (ver en AAPD en la sección Fuentes de consulta). La academia American Academy of Pediatric Dentistry creó esta Herramienta para evaluar a los niños y determinar el nivel de riesgo. [AAPD, 2002]
- **Anime a los padres a encontrar un “hogar dental”,** es decir un dentista con el que se sienta cómodo; para cuando cada niño tenga 1 año de edad. Esto es especialmente importante para las familias clasificadas “de alto riesgo”, según la Herramienta de evaluación de riesgos de caries.
- **Identifique profesionales de asistencia odontológica en cada comunidad, que acepten Medi-Cal/Denti-Cal, Health Familias y el seguro de salud Healthy Kids;** especialmente identifique profesionales que se especializan en niños.

-
- **Enfóquese en la nutrición.** Los alimentos saludables para tener dientes saludables, son en realidad los mismos alimentos para tener una buena salud en general. Evite, o al menos disminuya los alimentos azucarados, pegajosos o a base de harina, tales como: pasteles, papitas, panes dulces, golosinas y frutas secas. Esto a veces puede ser confuso; por ejemplo hay azúcar en la leche y productos lácteos, frutas y alimentos a base de harina que por lo general, sí se consideran saludables. Fomente la selección de alternativas más saludables y explique cómo mejorar los alimentos no tan saludables; por ejemplo, elegir jugos de 100 por ciento de fruta en lugar de bebidas frutales artificiales y jugos diluidos con agua. También debe hacerse mayor énfasis en el límite de consumo de alimentos azucarados o pegajosos y en sólo de 4 a 6 onzas de jugo por día (AAP, 2001).

FUENTES DE CONSULTA (EN INGLÉS)

American Academy of Pediatrics, Oral Health Risk Assessment, 2005. CD with Power Point presentation “Oral health risk assessment training for pediatricians and other child health professionals.”

American Academy of Pediatric Dentistry (2002). Policy on the use of a caries-risk assessment tool (CAT) for infants, children and adolescents. Adopted 2002. *Reference manual 2002-2003*, 15-16.

American Academy of Pediatrics (2001). *AAP warns parents and pediatricians that fruit juice not always the healthiest choice*, news release May 7, 2001, www.aap.org/advocacy/archives/mayjuice.htm

Centers for Disease Control and Prevention, National Center for Chronic Disease Prevention and Health Promotion. Improving Oral Health, Aug. 25, 2005. http://www.cdc.gov/nccdphp/bb_oralhealth/index.htm

Dental Health Foundation (2000). *The oral health of California's children: halting a neglected epidemic*. DHF office: 520 3rd Street, Suite 205, Oakland, CA 94607. Tel: 510-663-3727. Web site: www.dentalhealthfoundation.org.

First 5 Oral Health, First Smiles website, “Frequently Asked Question’s” 20004. Link: http://www.first5oralhealth.org/page.asp?page_id=410

Ramos-Gomez FJ, Jue BL, Bonta CY. Implementing an infant oral care program, *Journal of the California Dental Association*, October 2002, 752-761. <http://www.cda.org/members/pubs/journal/jour1002/infant.html>.

US Department of Health and Human Services (DHS), 2000. *Oral Health in America: A Report of the Surgeon General* — Executive Summary, MD: US Department of Health and Human Services, National Institute of Dental and Craniofacial Research, National Institutes of Health. www.surgeongeneral.gov/library/oralhealth. p 143.

Recuerde que:

- Los adultos pueden propagar gérmenes que causan caries. No coloque nada en la boca del niño (como un chupete o chupón) si ha estado en la boca de otra persona.
- Los niños deben ver al dentista antes de cumplir su primer año de vida.
- Los niños, como los adultos, deben lavarse los dientes con dentífrico fluorado dos veces al día: después del desayuno y a la noche antes de irse a dormir.
- Los niños de hasta 8 años de edad necesitan la ayuda de un adulto para lavarse los dientes.
- Limite la frecuencia en la que su hijo consuma jugos, bebidas dulces y meriendas (tentempiés).

Planes de clase y apuntes

Cómo se desarrollan los dientes

GRUPO(S) OBJETIVO(S): Proveedores de cuidado de niños y padres

TIEMPO: 30 minutos

OBJETIVOS DE APRENDIZAJE

- Reconocer la forma de erupción de los dientes
- Identificar maneras de aliviar el dolor de encía
- Identificar a qué edad los niños necesitan ayuda para cepillarse los dientes
- Describir selladores dentales y sus beneficios

MÉTODOS DE ENSEÑANZA, ACTIVIDADES SUGERIDAS

- Charla: depende de la audiencia; muestre o distribuya los apuntes 1.1. y 1.2 y repase la información
- Preguntas & respuestas: sobre la dentición; cómo hacer tiempo para ayudar con el cepillado de dientes en un día ocupado, selladores dentales

MATERIALES Y EQUIPO

- Apuntes 1.1: *Información y estrategias para tres grupos de niños, según sus edades: Cómo se desarrollan los dientes*
- Apuntes 1.2: *Hoja informativa para las familias: Erupción de dientes*

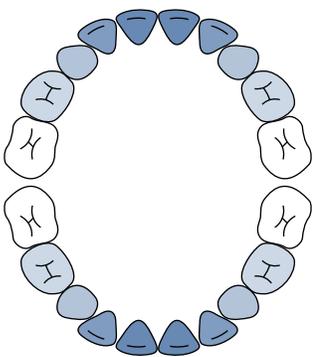
PREGUNTAS Y COMENTARIOS

- ¿Cómo se puede dar esta información a los padres de manera rápida y fácil?
- ¿Cómo pueden los proveedores de cuidado de niños animar a los padres a buscar asistencia odontológica preventiva?
- En caso de que corresponda: ¿Cuáles son las necesidades únicas de niños con discapacidades o necesidades especiales?

Cómo se desarrollan los dientes

de 0 a 12 meses	de 12 a 36 meses	de 3 a 5 años
<p>El primer diente sale después de los 6 meses</p> <p>A los 12 meses, por lo general han salido cuatro dientes</p> <p>Hable sobre el dolor de dentición y la forma de aliviar el dolor de encía (Ver Apuntes 1.2)</p>	<p>La mayoría de los 20 dientes primarios o dientes de leche van a aparecer durante este período</p> <p>Hable sobre el dolor de dentición y la forma de aliviar el dolor de encía (Ver Apuntes 1.2)</p> <p>El niño necesita ayuda en el cepillado de los dientes hasta al menos los 8 años de edad.</p>	<p>Deben de haber salido todos los dientes primarios</p> <p>Los primeros molares permanentes aparecen alrededor de los 6 años; explique sobre los selladores en los molares permanentes y recomiende el proceso (Ver Sección 1)</p> <p>El niño necesita ayuda en el cepillado de los dientes hasta al menos los 8 años de edad.</p>

Edades en las que aparecen los dientes de leche (temporales)



DIENTES SUPERIORES		Salen	Se caen
Incisivo central		de 8 a 12 meses	6 ó 7 años
Incisivo lateral		de 9 a 11 meses	7 u 8 años
Canino (cuspídeo)		de 16 a 22 meses	de 10 a 12 años
Primer molar		de 13 a 19 meses	de 9 a 11 años
Segundo molar		de 25 a 39 meses	de 10 a 12 años

DIENTES INFERIORES		Salen	Se caen
Segundo molar		de 23 a 31 meses	de 10 a 12 años
Primer molar		de 14 a 18 meses	de 9 a 11 años
Canino (cuspídeo)		de 17 a 23 meses	de 9 a 12 años
Incisivo lateral		de 10 a 16 meses	7 u 8 años
Incisivo central		de 6 a 10 meses	6 ó 7 años

Oficina de Salud Bucal del Departamento de Servicios de Salud de California

Hoja informativa para las familias

Dentición

La dentición ocurre cuando los primeros dientes del bebé empiezan a salir. El proceso por el cual los dientes se abren paso a través de las encías del bebé está asociado con síntomas que pueden ser difíciles para los bebés y desconcertante para los padres.

El desarrollo de los dientes

Cuando el bebé nace, los primeros dientes están ya casi totalmente formados en las mandíbulas, bajo las encías. En general, la dentición empieza entre los 5 y los 9 meses de edad y la mayoría de los niños tienen todos los dientes de leche para cuando celebran su tercer cumpleaños. Normalmente, los dos dientes frontales inferiores aparecen primero, seguidos entre 4 y 8 semanas más tarde por los cuatro dientes frontales superiores.



Los dientes de leche son importantes

Los dientes no sólo ayudan a masticar los alimentos, sino que también le dan a su hijo un aspecto agradable, una sonrisa simpática y le ayudan a hablar. Los dientes de leche son también importantes porque hacen sitio para que los dientes permanentes crezcan derechos.

Señales y síntomas de la dentición

A menudo las encías alrededor de los dientes que acaban de salir se inflaman y están un poco sensibles. Es posible que la dentición haga que el bebé esté intranquilo, irritado, que lllore, que tenga una fiebre ligera, que babeo excesivamente, que sus costumbre alimenticias y de sueño cambien y que tenga la necesidad de morder con fuerza o de frotarse las encías. El babeo que ocurre con la dentición puede producir un salpullido en la cara, el cuello o el pecho del bebé. La dentición no causa problemas graves. Cuando los bebés tienen fiebre alta, diarrea o vómitos, algunos padres retrasan la atención médica porque piensan equivocadamente que la dentición produce esos síntomas. Esos no son síntomas de la dentición.

Consejos para aliviar los síntomas de la dentición

- Frote o dé un masaje de forma delicada en las encías, con un dedo para dar alivio a su bebé.
- Los cubitos de hielo envueltos en un trapo y los alimentos fríos son métodos naturales que también ayudan a bajar la inflamación.
- Los aros de dentición son útiles pero evite los que contienen líquido. El líquido puede que no sea seguro si el aro se rompe, y por otro lado, los aros se endurecen demasiado cuando están congelados con lo que podrían causar más daño que beneficio.
- Nunca ate un aro de dentición alrededor del cuello del bebé. Puede causar estrangulación.
- Intente mantener la cara del niño seca. Límpiela a menudo para quitar la baba.
- Si escoge un medicamento sin prescripción, tenga presente que los productos que contienen benzocaína (un anestésico local) pueden suprimir el reflejo de mordaza y hacer que su bebé se ahogue.
- Los medicamentos que se ponen en las encías para aliviar el dolor no son ni necesarios ni útiles, pues no duran en la boca del bebé más de unos minutos.
- No utilice ningún medicamento que contenga alcohol porque puede ser tóxico.
- Si los síntomas continúan empeorando y el bebé ha dejado de dormir o de comer, es posible que su médico le recomiende un medicamento infantil como acetaminofén (Tylenol) para aliviar el dolor. Siga las instrucciones y no le dé al bebé aspirina infantil o ponga tabletas de aspirina en las encías.

Cuándo se necesita ayuda médica

1. Si los síntomas continúan empeorando.
2. Si las encías del bebé sangran.
3. Si hay señales de infección de encías como dolor, pus e inflamación excesiva.
4. Si el niño está molesto o si tiene fiebre por encima de los 100 grados, diarrea o vómitos.
5. Si el niño tiene fiebre alta, diarrea o graves problemas para dormir. La dentición no causa estos problemas.
6. Si su hijo se niega a mamar del pecho o a comer.
7. Si a los dos años de edad a su hijo todavía no le han salido dientes.

Para mayor información sobre la dentición y la salud dental, póngase en contacto con:

American Academy of Pediatric Dentistry at www.aapd.org
 American Academy of Pediatrics at www.aap.org

por A. Rahman Zamani, MD, MPH



Proporcionada por California Childcare Health Program
Para mayor información, póngase en contacto con:
Línea de Salud 1-800-333-3212

Distribuida por:

PLAN DE CLASE 2: HÁBITOS BUCALES

Todo lo que deber saber sobre chupar

GRUPO(S) OBJETIVO(S): Proveedores de cuidado de niños y padres

TIEMPO: 15 minutos

OBJETIVOS DE APRENDIZAJE

- Es saludable y normal que los bebés chupen durante su primer año de vida aún cuando no estén tomando algo
- Explique el efecto de chupar usando el modelo de la mordida (oclusión)
- Identifique por lo menos dos maneras de ayudar a destetar a un niño que chupa

MÉTODOS DE ENSEÑANZA, ACTIVIDADES SUGERIDAS

- Charla: distribuya los Apuntes 2.1 y repase la información
- Discusión: hablar de cosas que los participantes recuerden sobre su propia niñez; anímelos a compartir experiencias y estrategias efectivas de cómo destetar a los niños que chupan

MATERIALES Y EQUIPO

- Apuntes 2.1: *Información y estrategias para tres grupos de niños según sus edades: Todo sobre chupar*
- Apuntes 2.2: *Nota sobre salud y seguridad: Succión del pulgar, del dedo o del chupón (chupete)*

PREGUNTAS Y COMENTARIOS

- ¿Cómo pueden los proveedores de cuidado de niños observar y disuadir a los niños mayores para que dejen de chupar cosas, teniendo tantas otras prioridades?
- ¿Cómo pueden los proveedores de cuidado de niños trabajar con los padres para lograr lo necesario?
- En caso de que corresponda: ¿Cuáles son las necesidades únicas de niños con discapacidades o necesidades especiales?

Todo lo que deber saber sobre chupar

de 0 a 12 meses

Está bien dejar a los bebés que se chupen el dedo o chupón (chupete). Es normal que los bebés se chupen el dedo gordo o el chupón (chupete); la mayoría de los niños dejan de hacerlo después de los 2 años. Si el niño no abandona ese hábito por sí solo, debe convencerlo de que evite chupar el dedo o chupón (chupete) después de los 4 años porque esto puede provocar problemas de dientes encimados, torcidos o problemas de mordedura. (AAPD, 2002)

Cuando estén saliendo los dientes, dé al bebé algo para aliviar el dolor; por ejemplo: un pedazo de tela o un aro de dentición frío.

de 12 a 36 meses

Cuando estén saliendo los dientes, dé al bebé algo para aliviar el dolor; por ejemplo: un pedazo de tela o un aro de dentición frío.

de 3 a 5 años

A partir de los 4 años, convenza al niño de que deje el hábito de chuparse el dedo o el chupón (chupete). Algunas ideas son (California Dental Association Foundation, 2000):

- Elogie al niño cuando no se chupe el dedo o chupón (chupete), en lugar de regañarlo cuando lo haga.
- Si parece que el niño chupa cuando siente ansiedad, haga énfasis en cómo eliminar las causas que crean la ansiedad en el niño.
- Si el niño(a) chupa para reconfortarse, bríndele consuelo de alguna otra manera; ejemplo: abrazándolo.
- Recompense al niño cuando vea que no está chupándose el dedo o chupón (chupete) en un momento de estrés.
- A la hora de dormir, envuelva el dedo gordo con una venda o envuelva la mano con un calcetín (media).
- Sugiera a los padres del niño que visiten a un dentista o pediatra para que recete un aparato o un medicamento amargo para cubrir el dedo.



Notas sobre salud y seguridad
California Childcare Health Program



Succión del pulgar, del dedo o del chupón (chupete)

Todos los recién nacidos sanos comienzan y preservan sus vidas con la necesidad de succionar. Se ha observado a embriones succionarse el pulgar mientras estaban en el útero. La succión es uno de los reflejos inherentes de los bebés que constituye una habilidad esencial para sobrevivir—si no tuvieran ese reflejo, los bebés no buscarían el alimento.

En el caso de muchos bebés, el instinto de succión no se satisface sólo con la alimentación. La succión no nutritiva, o la succión de pulgares, dedos, chupones (chupetes) u otros objetos, es un comportamiento normal y saludable que proporciona a los niños pequeños una sensación de seguridad, calma, placer y relajación durante los primeros años de vida. Esta costumbre les ayuda a enfrentarse a diferentes situaciones y emociones. En un momento dado, prácticamente todos los niños pequeños se meten en la boca los dedos, el puño, el chupón, el pulgar u otros objetos para succionar. A medida que crecen y se desarrollan, la mayoría deja de meterse cosas en la boca.

Succión del pulgar y de los dedos

La succión del pulgar o de los dedos es un comportamiento normal y natural en los bebés. La mayoría de los niños pequeños se succiona el pulgar o los dedos en algún momento; lo cual es un comportamiento apropiado y útil que les reconforta y entretiene. Normalmente los niños necesitan succionarse el pulgar o los dedos cuando están cansados, estresados, molestos o aburridos. Y no es anormal que el niño que se succione el pulgar o los dedos tenga otros comportamientos que le reconfortan como tirar de un mechón de su pelo, tocarse la oreja o sujetar su mantita o juguete favorito. Incluso aunque este comportamiento persista pasada la infancia, la succión del pulgar o de los dedos es normalmente algo que no debe preocuparnos. La mayoría de los niños deja esas costumbres por sí solos alrededor de los 2 años de edad. Si los niños no paran por sí solos, se deberían desalentar esos hábitos después de los 4 años de edad.

Chupones (chupetes)

Algunos niños prefieren succionar el chupón (chupete) en lugar del pulgar o de los dedos. El uso del chupón (chupete) provoca fuertes reacciones por parte de los padres y de las personas a cargo del cuidado del niño. Algunos se oponen por la apariencia que tiene; otros piensan que se está “apaciguando” al niño con un objeto; y otros opinan que el uso del chupón (chupete) puede hacerle daño al niño. Sin embargo, los chupones (chupetes) no causan problemas médicos o psicológicos; e igual que la succión del pulgar o de los dedos, el uso del chupón (chupete) durante los primeros años del desarrollo normalmente no afecta la posición de los dientes o de la mandíbula. Si el niño no tiene suficiente con la succión proporcionada por el pecho materno o por los biberones, el chupón (chupete) satisfará esa necesidad.

Consejos para el uso seguro de chupones (chupetes)

- No se deben usar los chupones como sustitutos de comidas o para retrasar las comidas; se deben ofrecer únicamente después o entre comidas. Puede ser tentador ofrecer el chupón (chupete) al bebé cuando a usted le resulta conveniente. Sin embargo, es mejor dejar que el niño decida si quiere usarlo y cuándo.
- Los chupones (chupetes) deben estar hechos de una sola pieza y de un material fuerte, que no sea tóxico, y que se pueda esterilizar. Deben tener una tetina suave con agujeros de ventilación y una pieza exterior más ancha que la boca del niño.
- Nunca ate un chupón (chupete) a la cuna o cuelgue los chupones (chupetes) del cuello o manos del niño; es muy peligroso porque el niño se podría estrangular.
- Nunca meta el chupón (chupete) en miel u otra sustancia dulce antes de dárselo al niño.
- Nunca se meta el chupón (chupete) en la boca para limpiarlo antes de dárselo al niño. Esto transmite gérmenes que pueden ocasionar caries.

APUNTES 2.2

- No permita que los niños compartan los chupones (chupetes).
- Examine el chupón (chupete) con frecuencia, especialmente la tetina, para asegurarse de que no está quebradiza y determinar si el caucho ha cambiado de color o está roto. Tírelo si la tetina está pegajosa, hinchada o con grietas.
- Nunca sustituya un chupón (chupete) con una tetina de biberón.
- Con frecuencia, los chupones (chupetes) se caen al suelo y las manos de los niños por lo general, están sucias; por lo que es necesario lavar a menudo los chupones (chupetes) y las manos de los niños con jabón suave y enjuagarlos con agua para reducir la exposición a gérmenes.

La succión del pulgar o de los dedos versus la succión del chupón (chupete)

Existen puntos de vista contradictorios al respecto. Algunas personas opinan que el chupón (chupete) podría causar más problemas dentales, que es menos higiénico y que podría dificultar la alimentación con el pecho materno. Otras personas opinan que es más fácil dejar de succionar el chupón (chupete) que dejar de succionar el pulgar o los dedos, ya que el chupón (chupete) se puede quitar. Existen estudios que demuestran que los niños que se succionan los pulgares o los dedos normalmente tienen más dificultad para quitarse la costumbre que los niños que prefieren los chupones (chupetes).

¿Debería preocuparle?

La principal preocupación debería ser evitar los problemas dentales que podrían producirse si el niño continuara succionando el pulgar, los dedos o el chupón (chupete) cuando le empiecen a salir los dientes permanentes; alrededor de los 5 años de edad. Una vez que salen los dientes permanentes, la succión del pulgar, de los dedos o del chupón (chupete) podría dificultar el crecimiento normal de la boca y la alineación de los dientes. Según la Academia Dental Pediátrica Americana, la succión excesiva de pulgares, dedos y chupones (chupetes) tiende a poner presión en las piezas dentales frontales y a sacarlas de su alineación, y como resultado, los dientes sobresalen. Esta presión es probable que produzca cambios en el paladar y una mordida abierta con huecos verticales u horizontales entre los dientes frontales superiores e inferiores. En algunos casos estos problemas se solucionan por sí solos, sobre todo si la costumbre desaparece antes de que salgan los dientes permanentes.

Los expertos están de acuerdo en que una succión prolongada de pulgares, dedos o chupones (chupetes) durante y después de la salida de los dientes permanen-

tes puede entorpecer el crecimiento y desarrollo adecuado de los dientes y de las encías. La succión del pulgar o de los dedos o el uso del chupón después de los 6 ó 7 años de edad puede afectar la forma de la boca y de los dientes del niño; y como resultado, el niño necesitará tratamiento de ortodoncia más adelante. Si nota cambios en el paladar de la boca del niño o en la alineación de los dientes, sugiera a la familia que consulte con su pediatra o con un dentista pediátrico.

Cómo ayudar al niño a quitarse la costumbre

En general, la succión no nutritiva de los niños desaparece mucho antes de causar problemas. Sin embargo, algunos niños necesitan ayuda para quitarse la costumbre antes de que desaparezca. Intentar quitar la costumbre al niño podría ser perjudicial si el niño no tuviera el apoyo y la dirección que necesita. Evite usar palabras duras, criticar, burlarse, menospreciar, sacarle el dedo o el chupón (chupete) de la boca, o castigar al niño como métodos para quitarle la costumbre. Estos métodos podrían disgustar al niño, aumentar su ansiedad y estrés, y empeorar la costumbre.

- Los padres y los proveedores de cuidados pueden ayudar a los niños ofreciéndoles mucho apoyo emocional de diferentes maneras. Empiece a quitarle la costumbre al niño poco a poco. Explíquele que necesita quitarse la costumbre para que le salgan los dientes derechos.
- A menudo, los niños se succionan el pulgar cuando se sienten inseguros o cuando necesitan ser reconfortados. Concéntrese en corregir la causa de esa ansiedad y reconforte al niño.
- Busque un lugar especial para guardar el chupón que esté fuera de la vista, para que el niño tenga que pedirlo.
- Alabe los esfuerzos del niño y prémiele cuando no se succione el pulgar o no use el chupón (chupete). Ofrezcale palabras de ánimo, hágale una caricia o déle un abrazo en esos momentos en los que no se succione el pulgar o los dedos, o no use el chupón (chupete). Hágale saber que usted se da cuenta del esfuerzo que el niño está haciendo para quitarse la costumbre y que usted lo aprecia mucho.
- Los cuadros de estrellas, los premios diarios y los recordatorios discretos durante el transcurso del día son también muy útiles.

por Mardi Lucich, MA Revisado en julio de 2007

Fuente de consulta

American Academy of Pediatric Dentistry Fast Facts at www.aapd.org/pdf/FastFacts02-03.pdf.

California Childcare Health Program • 1950 Addison Street, Suite 107 • Berkeley, CA 94704-1182
Teléfono 510-240-0930 • Fax 510-240-0931 • Línea de salud 1-800-333-3212 • www.ucsfchildcarehealth.org

Cómo mantener los dientes limpios y fuertes

GRUPO OBJETIVO: Niños de 3 a 5 años de edad

TIEMPO: 15–20 minutos

OBJETIVOS DE APRENDIZAJE

- Haga una demostración de la técnica correcta para cepillarse los dientes
- Identifique la importancia de cepillarse los dientes por dos minutos

MÉTODOS DE ENSEÑANZA, ACTIVIDADES SUGERIDAS

Explique la importancia de limpiar y sacar todos los gérmenes de la boca. Diga: Si no lo haces, esto es lo que te puede pasar (obra de títeres o juego de roles):

- Muestre una foto de dientes saludables y otra de dientes con caries
- Te dolería al masticar
- Tendrías mal aliento
- Necesitarías que te arreglen la caries
- Podrías tener dificultad para hablar claramente

Muestre cómo mantener las encías y dientes saludables demuestre lo siguiente:

- Cepillarse en seco para que los niños se familiaricen con la sensación del cepillado
- La cantidad de pasta dental con fluoruro que se debe colocar en el cepillo—debe ser una bolita del tamaño de un chícharo (arveja)
- Cómo cepillar las superficies exteriores, interiores y las caras de los dientes superiores e inferiores
- Cómo cepillar la lengua

Cante una canción como la canción en inglés “This is the way we brush our upper/lower/back teeth...” y tome el tiempo para saber cuántas veces debe cantarla hasta llegar a los dos minutos

Supervise a los niños cuando se laven los dientes para ofrecer ayuda cuando la necesiten y para decirles cosas positivas

Vea los Apuntes 3.1 para otras ideas de actividades

MATERIALES Y EQUIPO

- Cepillo de dientes, pasta dental con fluoruro, taza de agua, y un recipiente para escupir para cada niño

-
- Cepillo de dientes y pasta dental con fluoruro para el instructor
 - Reloj automático ejemplo, un reloj de arena, un reloj de pared o un reloj de pulsera que marque los segundos
 - Libro para niños sobre el cuidado de los dientes (ver la sección Fuentes de consulta)
 - Libro para niños con foto de dientes saludables y de dientes con caries, por ejemplo, el libro en inglés *Tooth Decay and Cavities*
 - Opcional: un modelo grande de dientes y cepillo para enseñar las técnicas correctas de cepillado (ver la sección Fuentes de consulta para saber quién los vende)

PREGUNTAS Y COMENTARIOS

- ¿Cómo se puede adaptar este plan de clase para que sea apropiado para grupos de diferentes edades?
- ¿Cómo se pueden estructurar las transiciones para establecer rutinas de cepillado de dientes de una forma ordenada?
- Los niños más pequeños pueden tener dificultad con el enjuague de la boca.

APUNTES 3.1

Salud e higiene bucal: ideas de actividades para niños en edad preescolar

ARTES PLÁSTICAS

Me lavo los dientes¹

Tenga papeles amarillos con forma de diente, pintura blanca y cepillos de dientes. Invite a los niños a que cepillen los dientes amarillos con pintura blanca. Coloque las sonrisas completadas dentro del marco de los papeles rojos con forma de labios.

Collage de sonrisas¹

Recorte figuras de sonrisas de revistas (no caras completas, solo bocas de cualquier tipo, humanas o de animales) y haga que los niños las peguen en un papel.

Sensorial¹

Corte el asiento de botellas grandes de plástico de refrescos (de 2 litros) y colóquelas al revés para que se vean como dientes. Ate doce botellas o más. Rocíelas con crema de afeitar y dé a los niños cepillos de dientes para que cepillen los “dientes” hasta que queden limpios.

Cepillado de dientes gigantes¹

Ayude a los niños a hacer cepillos de dientes gigantes. Doble por la mitad una hoja de cartulina blanca de 9 x 12 pulgadas de tamaño. Trace líneas y haga que los niños corten por las líneas para hacer las cerdas del cepillo de dientes. Haga el mango del cepillo con cartulina de color. Escriba el nombre del niño en el mango. Pegue las cerdas al mango. Colóquelos en la pizarra de anuncios con el título: “Hábitos saludables”

Reflector de dentista²

Haga que los niños corten dos tiras de papel que cuando las unan alcance para cubrir alrededor de la cabeza del niño. Una las tiras con pegamento o cinta adhesiva (los ganchitos pueden enredarse en el pelo del niño). Reparta a cada niño un círculo de papel adhesivo y un pedacito de papel de aluminio. Haga que el niño forre el círculo de papel con el papel de aluminio. Engrape el círculo a la vincha. Escriba “Dra. Suzy” o “Dentista Max” o lo que el niño desee.

¹Adaptado de: <http://www.childfun.com/modules.php?name=News&file=article&sid=136> (downloaded 8/12/04)
© Copyright 1996–2004. CCHP agradece a Childfun, Inc. por darnos permiso para imprimir pasajes de su sitio de Internet.

²Adaptado de: www.123child.com/selfconcept/teeth.html (8/12/04).

³Adaptado de: <http://www.preschooleducation.com/sdental.shtml> (8/12/04).

JUEGOS Y ACTIVIDADES

Azulejos de diversión¹

Consiga algunos azulejos blancos (de sitios de construcción, tiendas de azulejos, padres que están haciendo remodelación, etc.). De a los niños una variedad de productos alimenticios para que manchen los azulejos; por ejemplo: mermelada, salsa de tomate, almíbar, manteca de maní, etc. Y haga que los niños cepillen los dientes con cepillos de dientes y dentífrico reales. ¿Cuáles azulejos tienen manchas?

Proyectos con huevos¹

A continuación siguen dos proyectos con huevos duros. El primero, explica cómo se forman las caries. Ponga huevos duros a remojar en vinagre por uno o dos días. Explique que el comer demasiada azúcar se convierte en ácido, que es parecido al vinagre. El vinagre va a carcomer la cáscara del huevo (el esmalte del diente). Explique que el cepillado previene las caries.

Para el segundo proyecto, coloque el huevo por un día entero en un recipiente con refresco de color oscuro (sabor cola). Luego, al día siguiente hable sobre por qué debemos mantener nuestros dientes limpios y cómo podemos limpiarlos. Saque el huevo del recipiente y muestre a los niños cómo se ha descolorado. Está amarillo y se ve como si tuviese placa encima, Tome un cepillo de dientes con un poquito de dentífrico y limpie el huevo (realmente sale). Asegúrese de que cada niño tenga su turno de limpiar el huevo.

En el dentista¹

Arregle una parte del salón como si fuese un consultorio dental (llame a su dentista para que le done algunas cositas).

Charla sobre los dientes¹

Hable sobre la diferencia entre los dientes de leche y los dientes permanentes. Explique cómo se siente el perder un diente. Otros niños tal vez le cuenten cómo se cuidan los dientes. En ese momento usted puede aprovechar para hacer énfasis en que:

- se debe cepillar los dientes a la mañana y antes de irse a dormir (como mínimo)
- siempre que se pueda, se debe cepillar los dientes después de comer
- el uso del hilo dental también es importante y que se va a necesitar la ayuda de un adulto
- los dientes deben enjuagarse y cepillarse lo más pronto posible cuando se consuman alimentos dulces y pegajosos

¿Pueden los niños describir los tipos de alimentos que son buenos para los dientes? ¿Qué alimentos son buenos para el desayuno? ¿Qué es bueno para la merienda (tentempié)?

¿Dientes de animales?²

Hable con los niños sobre cuáles animales tienen dientes y cuáles no. Haga una lista. Haga que los niños le digan sus propias ideas. (Libro recomendado en inglés: *Dragon Teeth and Parrot Beaks...even creatures brush their teeth*)

Contar los dientes²

Haga que los niños cuenten cuántos dientes tienen en la boca. Compare los resultados con los compañeros de la clase. Haga un gráfico sobre los resultados.

Programa de cepillado de dientes²

Haga que los niños se cepillen los dientes después del almuerzo o de las meriendas (tentempié) todos los días. Haga que los padres le den cepillos de dientes con dentífrico fluorado para los niños. (Ver los Apuntes 3.2 sobre cómo prevenir contaminación en el dentífrico y Apuntes 3.3 sobre ideas de cómo guardar los cepillos de dientes)

Viaje de excursión al dentista

Invite a un dentista a que visite su centro o vaya al consultorio de un dentista local como viaje de excursión. Algunos lugares tienen programas odontológicos que realizan revisiones gratuitas o de bajo costo y en su propio centro de cuidado de niños.

Dolor de muela de un cocodrilo

Lea a los niños el libro en inglés "Crocodile's Toothache." Hay un excelente poema en el libro de Shel Silverstein titulado: *Where the Sidewalk Ends: Poems and Drawings*.

CANCIONES

A continuación se presentan algunas canciones en inglés para motivar a los niños a cuidarse los dientes. Usted puede inventar sus propias canciones en español con música de canciones infantiles conocidas.

Brush Your Teeth

De las canciones de *Raffi's Singable Songs for the Very Young: Great with a Peanut-Butter Sandwich*

Canción del cepillado de dientes¹

Brush your teeth (chchchh, chchchchhhh)
repeat

When you wake up in the morning it's a quarter to one, and you want to have a little fun....you brush your teeth (chchchch, chchchchchch)

When you wake up in the morning it's a quarter to two, and you're looking around for something to do....you brush your teeth (brushing sound)

When you wake up in the morning it's a quarter to three, and your mind is humming twiddledeede...you brush your teeth (brushing sound)

When you wake up in the morning it's a quarter to four, and you think you hear a knock at your door....you brush your teeth (brushing sound)

When you wake up in the morning it's a quarter to five, and you just can't wait to come alive you brush your teeth (brushing sound)....you brush your teeth (brushing sound)your brush your teeth (getting progressively quieter, until brush your teeth comes out in a whisper)

El doctor Danny³

Con la música de: "Are you Sleeping?"

Dr. Danny
Always tells me,
Brush your teeth
Brush your teeth.
Brush them in the morning
And again at bedtime.
Brush your teeth
Brush your teeth.

Me he estado cepillando³

Con la música de: "I've Been working on the Railroad"

I've been brushing with my toothbrush,
Brushing everyday.
I've been brushing with my toothbrush,
It's how I fight decay.
All my teeth are gonna sparkle,
How proud I will be.
Every time I want to smile, my
Teeth will shine for me!
Always brush your teeth,
Every single day.
Keep those cavities away!
Use your brush and paste,
Just the way you should,
Keep your smile a looking good!

Tengo mi dentífrico³

Con la música de: "Twinkle, Twinkle, Little Star"

Got my toothpaste, got my brush,
I won't hurry, I won't rush.
Making sure my teeth are clean,
Front and back and in between.
When I brush for quite a while,
I will have a happy smile!

Lávate los dientes³

Con la música de: "Row, Row Row your Boat"

Brush, brush, brush your teeth.
At least two times a day.
Cleaning, cleaning, cleaning, cleaning,
Fighting tooth decay.
Floss, floss, floss your teeth.
Every single day.
Gently, gently, gently, gently,
Whisking Plaque away.
Rinse, rinse, rinse your teeth
Every single day.
Swishing, swishing, swishing, swishing,
Fighting tooth decay.

Lávate los dientes³

Con la música de: "Jingle Bells"

Brush your teeth,
Brush your teeth,
Give your teeth a treat.
Brush up and down and all around,
To keep them clean and neat!
Brush them once,
Brush them twice,
Brush three times a day.
Brush up and down and all around,
Keep cavities away!

Brilla³

Con la música de: "Twinkle, Twinkle"

Sparkle, sparkle, little teeth,
Some above and some beneath.
Brush them all at every meal,
Clean and fresh they'll always feel.
Sparkle, sparkle, little teeth,
Some above and some beneath.
Floss them, floss them, in between.
Cavities will not be seen!
See your dentist twice a year,
You will grin from ear to ear.
Floss them, floss them, in between,
Cavities will not be seen!
Snacking, snacking, it's okay.
Try it in the proper way.
Eat raw veggies, fruit and cheese.
They will make your mouth say "Please!"
Snacking, snacking, it's okay.
Try it in the proper way.

Canción del dentista³

Con la música de: "Row, Row, Row Your Boat"

Brush, brush, brush your teeth.
Keep them clean each day.
Then you'll have a pretty smile
And healthy teeth all day.

Un cepillo de dientes³

Con la música de: "Yankee Doodle"

Of all things around the town,
A toothbrush is a dandy,
brush up and down and all around,
and stay away from candy!

Lávate, lávate, lávate los dientes³

Con la música de: "Row, Row, Row Your Boat"

Brush, Brush, Brush Your Teeth,
'til they're shiny bright.
They'll be healthy, they'll be strong,
if you treat them right.

Me lavo los dientes³

Con la música de: "London Bridges"

Here's my toothpaste
Here's my brush
I won't hurry, I won't rush.
Working hard to keep teeth clean,
Front and back and in between.
When I brush for quite a while
I will have a happy smile.

Hay un agujero en tu sonrisa³

Con la música de: "There's a Hole in the Bucket"

There's a hole in your smile, (point to your smile each time you say the word smile)
your smile, your smile;
There's a hole in your smile,
Your tooth just fell out! (clap on the word 'out')

Put it under your pillow, (swoop right hand down to under left hand on "under"
and rest head on on clasped hands each time you say the word "pillow")
your pillow, your pillow;
Put it under your pillow,
and find a surprise! (Look excited and "burst" fingers up near face at the word "surprise")

Cómo mantener los dientes limpios y fuertes

GRUPO(S) OBJETIVO(S): Proveedores de cuidado de niños y padres

TIEMPO: 30 minutos

OBJETIVOS DE APRENDIZAJE

- Identifique y recomiende prácticas de higiene para los bebés (limpiar) y los niños mayores (cepillarse por lo menos dos veces al día y usar hilo dental)
- Explique cómo es el examen de “Levantar el labio”
- Explique que los niños necesitan ayuda al cepillarse los dientes por lo menos hasta la edad de 8 años
- Muestre dos formas de colocar al niño en posiciones que le permitan ayudarlo con el cepillado de los dientes
- Describa la manera apropiada de guardar los cepillos de dientes
- Describa qué es el barniz de fluoruro, cuáles son sus beneficios y cómo obtenerlo

MÉTODOS DE ENSEÑANZA, ACTIVIDADES SUGERIDAS

- **Charla:** muestre o distribuya los Apuntes 3.2 y repase la información. Si la audiencia está compuesta por proveedores de cuidado de niños: use los Apuntes 3.1, si incluye a padres de familia, use los Apuntes 3.3., 3.4, 3.5, 3.6, 3.7, 3.8, y 3.9
- **Demostrar:** “Levantar el labio,” levantando los labios superiores e inferiores, examine la superficie y vea si hay manchas blancas o cafés; lo cual es la primera señal de caries dentales
- **Demostrar:** en qué posiciones pueden estar los adultos y los niños para ayudar con el cepillado de los dientes
- **Mostrar:** cepillos de dientes pequeños para niños, gasas descartables para bebés, niños en edad preescolar, y recipientes porta cepillos de dientes
- **Mostrar:** bolita de pasta dental, qué tan grande es
- **Proveedores de cuidado de niños para minimizar la contaminación de la pasta de dientes:** demuestre cómo puede colocar un poquito de pasta dental sobre una servilleta de papel o alguna otra superficie limpia, para que cada niño saque de ahí para colocar pasta en su cepillo de dientes

MATERIALES Y EQUIPO

Dependiendo de la audiencia:

- Apuntes 3.1: *Salud e higiene bucal: Ideas de actividades para niños en edad preescolar*
- Apuntes 3.2: *Información y estrategias para tres grupos de niños según sus edades*
- Apuntes 3.3: *Ideas de cómo guardar los cepillos de dientes*

-
- Apuntes 3.4: *Cómo implementar prácticas de cuidado bucal en programas de ECE*
 - Apuntes 3.5: *Notas sobre salud y seguridad: La salud bucal para niños con discapacidades y necesidades especiales*
 - Apuntes 3.6: *Hoja informativa para las familias: Es importante cepillarse los dientes*
 - Apuntes 3.7: *Hoja informativa para las familias: El cuidado bucal*
 - Apuntes 3.8: *Hoja informativa para las familias: Las caries dentales en los niños pequeños*
 - Apuntes 3.9: *Hoja informativa para las familias: La salud bucal y el embarazo*
 - Cepillos de dientes pequeños, pasta dental con fluoruro, y porta cepillos
 - Gasas desechables para los bebés
 - Opcional: Póster para la pizarra de anuncios; ejemplo, “tema de salud del mes”
 - Opcional: Video “Levantar el Labio” [para hacer un pedido, vea la sección Fuentes de consulta]
 - Opcional: Libros para la biblioteca
 - Opcional: “Pasos fáciles hacia la salud bucal” (DVD) [para hacer un pedido, vea la sección Fuentes de consulta]
 - Folleto de las primeras sonrisas (vea el Apéndice 3)

PREGUNTAS Y COMENTARIOS

- ¿Cómo pueden los proveedores de cuidado de niños supervisar y limpiar la boca de los bebés y ayudar con el cepillado de dientes en días muy ocupados?
- ¿Es necesario cepillarse cada día y después de cada comida en un programa de cuidado de niños?
- ¿Cómo pueden los proveedores de cuidado de niños asegurarse de que cada niño esté usando la cantidad correcta de pasta dental?
- ¿Cuáles son las técnicas que limitan la contaminación al distribuir pasta dental a varios niños? (vea los Apuntes 3.2)
- ¿Qué edad deben tener los niños para que los padres empiecen a usar el hilo dental con ellos?
¿Cuáles son algunas maneras de usar hilo dental con los niños?
- ¿Cuánto cuestan los porta cepillos de dientes? ¿Hay información sobre dónde y de quién se pueden ser comprar?
- En caso de que corresonda: ¿Cuáles son las necesidades únicas de los niños con discapacidades o necesidades especiales?

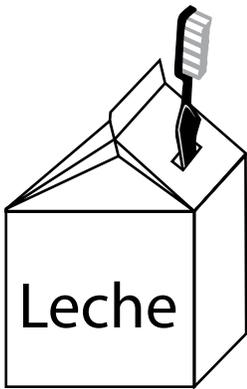
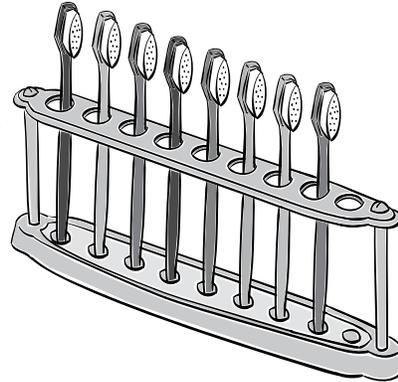
Cómo mantener los dientes limpios y fuertes

de 0 a 12 meses	de 12 a 36 meses	de 3 a 5 años
<p>Limpie la boca con un trapo limpio y suave o use una gasa desechable, aún antes de que salga el primer diente.</p> <p>Vea si hay manchas blancas o cafés (caries).</p> <p>Limpie el chupón (chupete) con agua y no con saliva.</p> <p>Evite masticar alimentos antes de dárselos al bebé y no comparta los utensilios de cocina, cepillos de dientes, etc.</p> <p>Los padres pueden masticar chicle de xylitol sin azúcar para prevenir que los gérmenes pasen a los bebés.</p> <p>Demuestre a los padres y proveedores de cuidado de niños dónde y cómo ubicarse para facilitar el cepillado de dientes de los niños.</p> <p>Eduque a los padres sobre la importancia de encontrar un hogar dental: la primera visita al dentista debe ser al primer año de edad. Provéales una lista de los dentistas locales; especialmente aquellos dentistas con experiencia pediátrica y que acepten seguros Denti-Cal, Healthy Families, Healthy Kids.</p> <p>Anime a los padres a que hablen con su médico principal (PCP por su sigla en inglés) sobre la salud bucal.</p>	<p>Cepillar con cepillo suave.</p> <p>Coloque el cepillo a la altura de las encías, en un ángulo de 45 grados. Cepille cada diente y la lengua haciendo pequeños círculos con el cepillo.</p> <p>Cepillar por dos minutos.</p> <p>Fíjese si hay manchas blancas o cafés (caries).</p> <p>Limpie el chupón (chupete) con agua y no con saliva.</p> <p>Los padres pueden masticar chicle de xylitol sin azúcar para prevenir que los gérmenes pasen a los niños.</p> <p>Eduque a los padres sobre los beneficios de las visitas al dentista y el barniz de fluoruro. Provéales una lista de los dentistas locales.</p> <p>Demuestre a los padres y proveedores de cuidado de niños dónde y cómo ubicarse para facilitar el cepillado de dientes de los niños.</p> <p>Proveer porta cepillos (vea los ejemplos en la página 30).</p> <p>Anime a los padres a que hablen con su médico principal (PCP por su sigla en inglés) sobre la salud bucal.</p>	<p>Cepillar con cepillos suaves.</p> <p>Reparta bolitas de pasta dental con fluoruro del tamaño de un chícharo*.</p> <p>Permita solamente al personal a repartir la pasta con fluoruro*.</p> <p>Coloque el cepillo a la altura de las encías, en un ángulo de 45 grados. Cepille cada diente y la lengua haciendo pequeños círculos con el cepillo.</p> <p>Cepillar por dos minutos.</p> <p>Vea que no tenga manchas blancas o cafés (caries).</p> <p>Eduque a los padres sobre los beneficios de las visitas al dentista y el barniz de fluoruro. Provéales una lista de los dentistas locales.</p> <p>Proveer porta cepillos (se pueden comprar o fabricar; vea los ejemplos en la página 30).</p>

***Dentífrico: edad para comenzar a usarlo, cantidad y método para darlo:** la academia American Academy of Pediatric Dentistry (AAPD 2004–2005) recomienda que a partir de los 6 meses de edad se puede dar flúor diariamente al niño a través del agua potable corriente o suplementos y uso supervisado de dentífrico fluorado porque esto puede ser eficaz en los principales procedimientos de prevención. Cuando se use dentífrico, los padres o personas a cargo del niño deben supervisar el cepillado y asegurarse de que el niño no coloque en el cepillo de dientes una cantidad de dentífrico más grande que el tamaño de un chícharo. Los niños deben escupir y no tragar el exceso de dentífrico. Consejo útil: para evitar la contaminación del tubo del dentífrico, coloque cantidades de dentífrico del tamaño de un chícharo sobre un pedazo de papel u otra superficie limpia. Haga que cada niño pase su cepillo de dientes con la cantidad asignada de dentífrico.

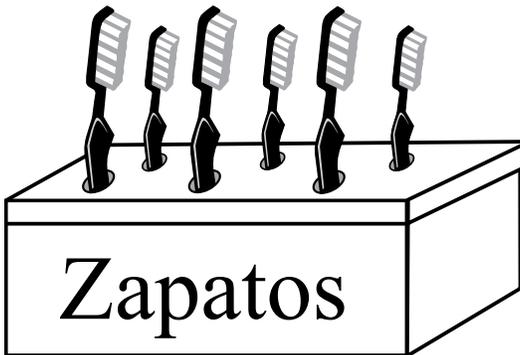
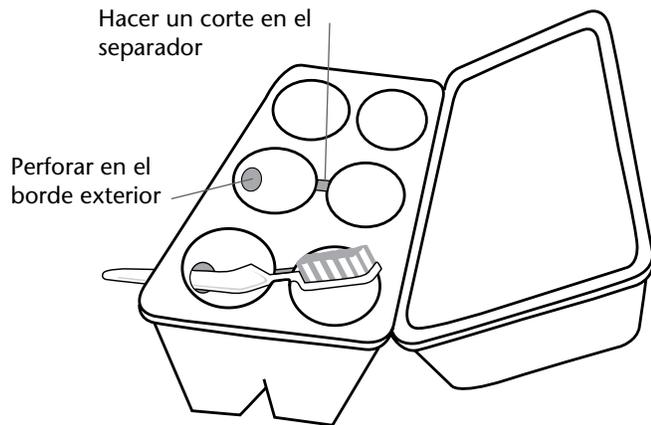
Ideas de cómo guardar los cepillos de dientes

Se deben guardar los cepillos de dientes de forma vertical, con las cerdas en la parte superior.



Pida a los niños que guarden los cartones de leche para luego decorarlos. Corte un agujero en la parte de arriba para colocar el cepillo.

Puede usar los cartones de huevo; corte agujeros para colocar los cepillos.



También puede usar una caja de zapatos. Corte agujeros en la tapa de la caja para colocar los cepillos.

Recuerde: use un marcador permanente para escribir los nombres de cada niño en los cepillos de dientes

Referencia: Departamento de Servicios de Salud de California, Oficina de Salud Bucal.
Comuníquese con: Robyn Keller al 916-552-9934.

Cómo implementar prácticas diarias de cuidado bucal en programas ECE

El cuidado bucal diario es una de las cosas más importantes que podemos hacer para prevenir las caries dentales en la primera infancia. Al prevenir las caries dentales en los niños, conservamos sonrisas saludables y los salvamos del dolor y trauma del trabajo dental. La prevención también ayuda a ahorrar a las familias de los niños importantes cantidades de tiempo y dinero.

El tener un programa diario de higiene bucal en los programas de cuidado y educación de niños pequeños (ECE) asegura que los niños a su cuidado reciban los siguientes importantes beneficios:

- quitar partículas de comida de las encías y los dientes;
- exponer a los niños a las propiedades del fluoruro de fortalecimiento de los dientes;
- establecer el cuidado bucal como un hábito diario importante.

¿Qué tipo de cuidado es apropiado?

La necesidad de los niños depende de la edad y si tienen dientes o no. Tanto los padres como las personas a cargo del cuidado del niño, necesitan saber qué nivel de cuidado bucal se recomienda para los niños durante su crecimiento.

Bebés lactantes: limpie suavemente las encías después de alimentarlo. Utilice un pedacito de tela o gasa.

Niños pequeños en edad de aprender a caminar y en edad preescolar: Cepille los dientes con un cepillo suave y de tamaño infantil a la mañana y a la noche antes de ir a dormir. Use una pequeña cantidad de pasta dental con fluoruro—del tamaño de un chicharo es suficiente. Quite el exceso de pasta hasta que el niño sea lo suficientemente grande como para enjuagarse solo. Los niños pueden empezar a cepillarse solos, pero necesitan la supervisión de un adulto para que los ayuden a hacerlo completamente. Los adultos deben lavarse las manos después de ayudar a cada niño.

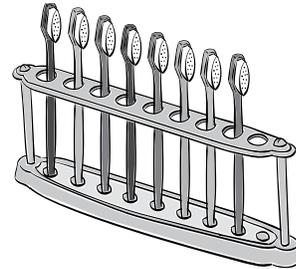
Niños en edad escolar: Permita que los niños se cepillen solos (con supervisión). Tal vez, resulte necesario con algunos niños que el adulto que está supervisando “termine la tarea,” para asegurarse de que todas las superficies de los dientes han sido limpiadas. Los niños necesitan supervisión y pueden necesitar ayuda con el cepillado ¡hasta al menos los 8 años de edad!

¿Qué materiales se necesitan?

Para implementar una rutina diaria de cepillado de dientes, cada niño necesitará un cepillo de dientes limpio y

Almacenamiento del cepillo de dientes

Los portacepillos pueden ser comprados o fabricados a mano. Asegúrese de que los cepillos estén separados entre sí.



marcado claramente con su propio nombre. Para guardar el cepillo, colóquelo en un portacepillos donde los cepillos puedan estar suspendidos con espacio entre ellos, para que los cepillos no se toquen entre sí. Los portacepillos pueden comprarse o fabricarse a mano.

Haga una rutina diaria del cuidado bucal

El cuidado bucal puede incorporarse fácilmente en el programa de la rutina diaria. Para enfatizar que el cuidado bucal es un hábito diario importante, fije el mismo horario todos los días para el cepillado de dientes. Si los niños desayunan como parte del programa, tiene sentido fijar el cepillado de dientes justo después del desayuno. Si el programa de cuidado no sirve desayuno, entonces fije la actividad de cepillado después de la merienda (tentempié) de la mañana.

Pasos a seguir para una salud bucal infantil

Los primeros dientes son muy valiosos y el cepillado es solo una parte del cuidado bucal. Otros consejos adicionales para las familias y las personas a cargo del cuidado del niño son:

- Sirva meriendas (tentempiés) beneficiosas para los dientes: queso, yogurt, frutas y vegetales son mejores que galletitas, papitas o cereales azucarados.
- Evite refrescos, bebidas endulzadas, dulces y galletitas—estos alimentos producen caries.
- Diluya los jugos con agua para que sean menos dañinos a los dientes.
- Si los niños comen alimentos pegajosos o dulces, cepíllele los dientes o enjuágueselos con agua después de comer tales cosas.
- Eduque a las familias con respecto a que los niños necesitan revisiones regulares con un dentista a partir del primer año de vida o cuando les sale el primer diente.

por Eileen Walsh, RN, MPH



Notas sobre salud y seguridad
California Childcare Health Program



Salud bucal para niños con discapacidades y necesidades especiales

Los niños con discapacidades y necesidades especiales tienen más riesgo de sufrir problemas de salud; requieren ayuda extra y dependen de otros para lograr y mantener una buena salud. La salud bucal no es una excepción. Una boca limpia es una de las necesidades de salud más importantes durante toda la vida y estará influenciada por su habilidad de darle al niño la ayuda necesaria.

¿Quiénes son los niños con necesidades especiales?

Los niños con necesidades especiales son aquellos que tienen mayores riesgos de sufrir una condición crónica a nivel físico, de desarrollo, comportamiento o emocional; y que también necesitan servicios de salud y otros servicios que van más allá del tipo de servicios que generalmente reciben los niños.

¿Por qué tienen mayores riesgos?

Los problemas comunes bucales, tales como caries o enfermedades de las encías, afectan a todos los niños. Pero los niños con discapacidades y otras necesidades especiales tienen más problemas de salud bucal que la población en general. Por ejemplo, los niños con discapacidades pueden tener problemas de habilidades cognitivas, comportamiento, movilidad, neuromusculares (babeo, atragantamiento y problemas para tragar), movimientos corporales no controlados, reflujo gastroesofágico, o convulsiones. Estas complicaciones pueden representar obstáculos para el cuidado adecuado de la boca y hacer que los niños tengan mayores riesgos de desarrollar problemas de salud bucal.

¿Qué ocasiona problemas de salud bucal en los niños con discapacidades?

Algunos de los factores que contribuyen a una salud bucal deficiente en los niños con discapacidades y otras necesidades especiales son:

- **Condiciones bucales.** Algunos problemas genéticos en niños pequeños pueden causar condiciones tales como: defectos en el esmalte de los dientes, pérdida de dientes, y mala alineación de los dientes. Los niños con síndrome de Down a menudo sufren de enfermedades en las encías.

- **Limitaciones físicas.** Los niños que no pueden masticar o mover la lengua apropiadamente no se benefician de la acción de limpieza natural de la lengua, de los músculos de la mejilla, y de los labios.
- **Dificultad para cepillarse y usar el hilo dental.** Los niños con mala coordinación motriz, como por ejemplo los niños con lesiones en la espinal dorsal, distrofia muscular, o parálisis cerebral, tal vez no pueden lavarse los dientes o usar los métodos de limpieza usuales de cepillado y e hilo dental.
- **Flujo de saliva reducido.** Los niños que necesitan ayuda para beber, tal vez tomen menos líquidos que otros niños y tal vez no tengan la suficiente saliva en la boca como para ayudar a deshacerse de partículas de alimentos.
- **Medicamentos.** A los niños que usan medicinas endulzadas por un largo período de tiempo les pueden salir caries. Algunos medicamentos para prevenir los ataques pueden causar hinchazón o sangramiento de las encías.
- **Dietas restringidas.** A los niños que tienen dificultad para masticar y tragar se les puede dar a menudo comida que se ha hecho puré, la cual se les puede pegar a los dientes.

¿Por qué pueden los niños necesitar un cuidado bucal especial?

Los niños pueden necesitar un cuidado bucal especial si tienen alguna de las siguientes condiciones: síndrome de Down, epilepsia o convulsiones, labio o paladar leporino, anomalías estructurales (en la cabeza, cara y/o boca), parálisis cerebral, discapacidades de aprendizaje o desarrollo, problemas de visión u oído, o infección VIH.

¿Cuándo se debe suponer que existen problemas de salud bucal?

Cuando el niño tiene un problema de salud bucal, puede mostrar alguno de los siguientes síntomas: rechina los dientes, se rehúsa a comer o prefiere alimentos blandos, cambia de comportamiento (tocarse dentro o alrededor de la boca, los dientes, las mandíbulas y mejillas), tiene mal aliento o dientes manchados.

APUNTES 3.5

¿Cuáles son los problemas comunes de salud bucal?

- Los factores genéticos, el crecimiento de la mandíbula, la acción muscular y los medicamentos pueden determinar cuándo los dientes van a salir por primera vez. Este proceso puede atrasarse, acelerarse o ser inconstante. A algunos niños los primeros dientes primarios les salen recién a los dos años de edad.
- Es común que los niños con problemas de desarrollo tengan caries. Además de problemas con la dieta y la higiene bucal, la alimentación prolongada con biberón y los efectos secundarios adversos de ciertos medicamentos contribuyen a la caries de los dientes.
- Las enfermedades periodontales ocurren más a menudo y a una edad más temprana en niños con problemas de desarrollo. El crecimiento en exceso de las encías por el uso de medicamentos para las convulsiones, la presión alta y los sistemas inmunológicos débiles, también pueden contribuir al desarrollo de caries.
- La oclusión defectuosa (cuando los dientes posteriores e inferiores no encajan bien y están amontonados) ocurre en muchos niños con problemas de desarrollo. Esto puede estar relacionado con anomalías musculares, salida tardía de los primeros dientes, o falta de desarrollo de la mandíbula. Cuando los dientes no están bien alineados, resulta difícil masticar y hablar, y aumenta el riesgo de enfermedades periodontales, caries y traumatismo bucal.
- Los hábitos dañinos pueden resultar problemáticos para los niños con discapacidades y necesidades especiales. Algunos de los hábitos más comunes son: hacer rechinar o apretar los dientes, acumular alimentos en la boca, respirar por la boca, sacar la lengua, tocarse las encías o morderse los labios.
- Las anomalías de los dientes afectan a muchos niños discapacitados. Estas anomalías pueden variar en la cantidad, tamaño y forma de los dientes.
- El trauma y las lesiones en la cara y boca por caídas o accidentes ocurren más frecuentemente en los niños que tienen retardo mental, convulsiones, parálisis cerebral, reflejos de protección anormales o falta de coordinación muscular.

¿Se necesitan habilidades especiales para proveer de cuidado bucal apropiado?

Los proveedores de cuidado para niños que cuidan niños con necesidades especiales también son responsables del cuidado de su boca. Los proveedores necesitan desarrollar un plan para cuidado especial y puede que necesiten buscar guía profesional u obtener entrenamiento apropiado

para poder cuidar niños con discapacidades y cuidados especiales. Las habilidades necesarias para fomentar la salud bucal son levemente diferentes de las que se necesitan para satisfacer las necesidades de cuidado bucal de otros niños pequeños de la guardería infantil.

Consejos para recordar

- Los adultos pueden propagar los gérmenes que provocan caries. No ponga nada en la boca del niño que haya estado en su propia boca.
- Recuerde que los niños, particularmente los que tienen discapacidades y necesidades especiales, necesitan que un adulto les ayude a cepillarse los dientes bien.
- Si el niño tiene problemas para agarrar el cepillo de dientes, coloque cinta adhesiva alrededor del mango del cepillo para que sea más grueso y fácil de agarrar. También existen cepillos con formas especiales.
- Una buena nutrición, si es buena para el cuerpo, es también buena para la boca. Los refrescos, bebidas azucaradas, caramelos y otros dulces o alimentos que contienen azúcar pueden causar caries.
- Usar fluoruro reduce las caries, así que cepille los dientes usando un poco de crema dental con fluoruro.
- Son importantes las visitas al dentista de forma regular.
- Prevenga las caries por causa del biberón: no deje al niño durmiendo con el biberón en la boca, si el biberón tiene algo que no sea solo agua.

Para más ayuda y recursos sobre la salud oral que necesitan los niños pequeños, llame a la Línea de Salud al (800) 333-3212.

Consultas y fuentes de información

National Institute for Dental and Craniofacial Research at www.nidcr.nih.gov.

American Academy of Pediatrics (AAP) www.aap.org.

About Smiles at www.aboutsmiles.org.

First 5 California at www.first5oralhealth.org.

Por A. Rahman Zamani, MPH (rev. 7/07)

California Childcare Health Program • 1950 Addison Street, Suite 107 • Berkeley, CA 94704-1182
Teléfono 510-240-0930 • Fax 510-240-0931 • Línea de salud 1-800-333-3212 • www.ucsfchildcarehealth.org

Hoja informativa para las familias

Es importante cepillarse los dientes

La buena higiene bucal es importante y recomendada para los niños de todas las edades y desde el momento que aparece el primer diente. El cepillado de dientes remueve la placa, mantiene la boca limpia y saludable, y mejora el aliento del niño y el sentido gustativo. Además, usar pasta dental con fluoruro ayuda a combatir las caries a la vez que fortifica los dientes. Las investigaciones recientes demuestran además que el cepillado regular puede ayudar a proteger el corazón de infección bacterial.

¿Qué es una placa dental?

La placa dental es una película clara, delgada y pegajosa compuesta de bacterias, desechos de comida y componentes de saliva. La placa se acumula en los dientes y está asociada con las caries dentales y con las enfermedades de las encías. El remover la placa mecánicamente con el cepillado es el método más efectivo para la limpieza de los dientes y la prevención de enfermedades de las encías.

Empiece a limpiar los dientes temprano

Bebés. Frote las encías y dientes con un paño limpio y húmedo después de las comidas y antes de dormir.

Niños pequeños y en edad preescolar. Comience a enseñarles a usar el cepillo de dientes aproximadamente a los 2 años de edad. Los niños pequeños quieren agarrar el cepillo dental y participar en el cepillado de los dientes; como ellos no tienen suficiente control motriz, necesitan su ayuda.

Niños en edad escolar. Supervíselos y ayúdelos hasta la edad de 8 años—la edad en que la mayoría de los niños adquieren excelentes habilidades motrices tales como la habilidad de amarrarse los cordones de los zapatos o vestirse completamente por sí mismos.

Técnica de cepillado. La instrucción y la supervisión son importantes para establecer hábitos efectivos de cepillado de dientes en los niños. Los niños, como los adultos, se deben cepillar los dientes al menos dos veces al día; preferiblemente después del desayuno y por la noche antes de ir a dormir.

- Comience cepillándoles los dientes. Ponga al niño en su regazo, mirando los dos en la misma direc-

ción; de manera que usted pueda verle la boca, y el niño se sienta seguro. Coloque una mano debajo del mentón del niño y haga que el niño incline la cabeza y la apoye en usted. Cepille los dientes del niño tal como usted lo hace con los suyos. Trate de limpiar todas las superficies de los dientes; cepille las encías y detrás de los dientes.

- Supervise a los niños a medida que crezcan. Enséñeles y motívelos a cepillarse los dientes; pero tenga en cuenta que usted tendrá que ayudarlos por unos cuantos años. Debido a sus limitadas habilidades motrices finas, los niños deben restregarse los dientes con pequeños movimientos circulares. Enséñele a los niños a cepillarse suavemente (para evitar herirse las encías) y a escupir la pasta dental.

Use el cepillo y la pasta dental correctos

El cepillo de dientes debe ser suave y de tamaño para niños. Para los bebés, use un cepillo que sea fácil de agarrar para el adulto y lo suficientemente pequeño como para que quepa en la boca del bebé. Para los niños pequeños, use un cepillo de dientes de tamaño apropiado con un mango ancho. Para niños con necesidades especiales y discapacidades, hay una variedad de mangos especiales para que resulte más fácil agarrarlo.

- Cada niño debe tener su propio cepillo de dientes. Use una cantidad pequeña de pasta dental con fluoruro, del tamaño de un chícharo. A los niños generalmente les gusta el sabor y pueden tragar la pasta dental, pero tragar demasiado fluoruro puede llevar al desarrollo de puntos blancos en los dientes (fluorosis dental). Enseñe a los niños a escupir la pasta dental.

Cuándo se debe reemplazar los cepillos dentales

Reemplace los cepillos dentales cada tres meses o más frecuentemente si semuestran gastados; están contaminados por el contacto con otro cepillo o niño; o si el niño ha tenido una infección. Los cepillos dentales deben ser lavados después de cada uso y secados al aire. Si se guardan varios cepillos en el mismo lugar, no permita que se toquen entre sí.

Por A. Rahman Zamani, MD, MPH

Fuentes de consulta

First 5 Oral Health at www.first5oralhealth.org.

California Childcare Health Program at www.ucsfchildcarehealth.org.



Proporcionada por California Childcare Health Program
 Para mayor información, póngase en contacto con:
 Línea de Salud 1-800-333-3212

Distribuida por:

Hoja informativa para las familias

El cuidado bucal

Los dos peores problemas de salud bucal son las caries y las enfermedades de encías; estas son las enfermedades infantiles más comunes y menos tratadas. Para muchos niños, las enfermedades dentales presentan un problema a la hora de comer, dormir, hablar, jugar, aprender y sonreír. Son también las responsables de que los niños pierdan millones de horas escolares al año; en especial los niños de familias con bajos ingresos y los niños de color; los cuales tienen poco acceso a cuidados dentales de prevención y por lo tanto son los más vulnerables.

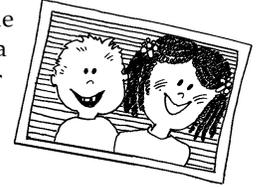
Cómo mantener los dientes de su hijo sanos

La buena noticia es que las enfermedades dentales se pueden prevenir casi por completo. Algunos consejos para prevenir las enfermedades bucales y las infecciones son:

- Los niños, al igual que los adultos, deben cepillarse los dientes con dentífrico con flúor, dos veces al día: después del desayuno y a la noche antes de irse a dormir. Recuerde que hasta los 8 años, los niños necesitan que se les ayude a cepillarse bien los dientes.
- La misma buena nutrición que beneficia al cuerpo, beneficia también a la boca. Los alimentos más dañinos son los que contienen azúcar.
- Anime a los niños a que beban mucha agua.
- Lleve a los niños al dentista regularmente para poder detectar y corregir los problemas dentales y bucales a tiempo.
- El flúor disminuye las caries. La pasta dentífrica y el agua a veces contienen flúor. Se recomienda que los niños que viven en zonas sin fluoruro usen suplementos o barnices fluorados adicionales. Para asegurarse de que sus hijos reciben suficiente flúor, pero no demasiado, consulte con su dentista sobre el uso de flúor.



- El uso de selladores (capas de plástico que el dentista aplica a los dientes) ayudará a prevenir caries creando una barrera física entre los dientes y la placa, con la comida. Como los molares permanentes son los que corren más riesgo de tener caries, los molares de seis y doce años necesitan selladores.
- El uso de protectores bucales previene las lesiones bucales y dentales para los niños que practican actividades recreativas, tales como: fútbol europeo y americano, hockey e incluso ciclismo y patinaje. Puede encontrar protectores bucales en las tiendas de deportes y si desea otros que se ajusten mejor a la boca, acuda a su dentista.
- Evite las caries producidas por los biberones—no deje a su hijo durmiendo con un biberón que contenga otro líquido que no sea agua. Las caries producidas por los biberones ocurren cuando los niños a menudo toman líquidos dulces, tales como: leche (inclusive la leche materna), jugo de frutas y otros líquidos dulces que se quedan en la boca detrás de los dientes y producen un daño muy grave. Enseñe a su bebé a beber de la taza; trate de que no use biberones después de los 12 a 14 meses.



Recursos para seguro dental

Una gran cantidad de niños en California de edad preescolar, escuela primaria y algunos de escuela secundaria no tienen seguro dental. Aún aquellos niños que tienen seguro médico carecen de seguro dental. Los recursos indicados abajo podrían ayudar a cubrir el gasto de los cuidados dentales para niños:

- Medi-Cal: (888) 747-1222
- Transitional Medi-Cal: (888) 747-1222
- Healthy Families: (800) 880-5305
- CHDP: (510) 604-4636
- California Kids: (888) 335-8227

Además, ciertos recursos patrocinados por la comunidad también tienen sus propios programas. Algunas clínicas, sociedades dentales, organizaciones sin fines de lucro, iglesias, escuelas de odontología y médicos privados tienen servicios que proporcionan asistencia a familias que lo necesitan a un costo reducido o gratuitamente.

por A. Rahman Zamani, MD, MPH



Proporcionada por California Childcare Health Program
Para mayor información, póngase en contacto con:
Línea de Salud 1-800-333-3212

Distribuida por:

Hoja informativa para las familias

Caries en niños pequeños

La caries dental (cavidades de los dientes) es una de las enfermedades más comunes de la infancia. Se produce cinco veces más a menudo que la siguiente enfermedad más común, el asma (CDC, 2000). La Caries de la Primera Infancia, o “caries del biberón,” es la que se produce en bebés, niños de entre 1 y 2 años de edad, y niños en edad preescolar, y puede producirse a una edad tan temprana como los 6 ó 12 meses de edad.

¿Qué causa la caries?

Los mutantes estreptococos y las especies lactobacilos que pueden producir ácido láctico son los causantes de las caries. Las caries pueden pasar de una persona a otra. Los niños no nacen con estas bacterias, pero las reciben por contagio a una edad muy temprana. Normalmente la bacteria se pasa de la madre o del proveedor de cuidado de niños a través de la saliva cuando se comparten cepillos de dientes, cubiertos, vasos o chupones (chupetes) que se han «limpiado» con saliva.

¿Cómo se desarrollan las caries?

Hay cuatro factores que influyen en el desarrollo de las caries: dientes susceptibles; bacterias que producen ácido; hidratos de carbono (líquidos dulces, jugos, leche, leche artificial para lactancia) fermentados; y el tiempo (cuánto tiempo o con qué frecuencia están los dientes expuestos al azúcar). Juntos, estos factores crean un medio ambiente para que la bacteria se multiplique rápidamente y produzca ácidos que lentamente disuelven los minerales de los dientes, y producen caries. Los niños pequeños corren especialmente el riesgo de tener caries porque son los adultos quienes les tienen que proporcionar un cuidado bucal adecuado.

¿Cómo se reconoce la caries?

La apariencia de las caries depende de cuán avanzada esté:

- La primera señal de desmineralización (disminución de calcio en el diente) es un color blanquecino sin brillo a la altura de la encía.
- Un borde amarillo, marrón o negro alrededor del cuello del diente indica que la desmineralización ha producido caries.
- La caries está en estado avanzado cuando los dientes no son más que unas protuberancias negruzcas.

¿Por qué hay que cuidar los dientes de leche?

Los dientes primarios sanos guían a los dientes permanentes para que salgan en su sitio. Para muchos niños, la caries puede

ser un problema serio y doloroso, puede dificultar la ingestión de alimentos, el sueño, la comunicación, el aprendizaje y el juego, y puede causar baja autoestima. El tratamiento puede ser caro y requerir anestesia general.

¿Cómo se puede evitar la caries?

Se puede prevenir las caries porque son infecciones bacteriales causadas por una bacteria específica. Tanto usted como su proveedor de cuidado infantil pueden jugar un papel muy importante en la reducción del riesgo de desarrollo de caries de la primera infancia y en la protección de la sonrisa y la salud del niño.

Reduzca el riesgo de transmisión de bacterias

- Reduzca al mínimo la presencia de bacterias en su boca cepillándose los dientes, pasándose el hilo dental y visitando a su dentista con regularidad, especialmente cuando esté embarazada.
- Para que su saliva no entre en contacto con la del niño, evite compartir cucharas con el niño, masticar el alimento de su bebé o meterse el chupón (chupete) en su propia boca.

Empiece a limpiar los dientes inmediatamente

- Limpie los dientes a diario con una gasa limpia y húmeda tan pronto como aparezca el primer diente. Cuando salgan más dientes, utilice un cepillo pequeño de cerdas suaves.
- Cepille los dientes del niño dos veces al día hasta que aprenda a hacerlo sólo (a la edad de 4 ó 5 años). Luego continúe supervisando para asegurarse de que el niño usa el cepillo y la pasta de dientes correctamente.
- Haga que los niños se enjuaguen la boca con agua después de las comidas para que salgan los restos de alimentos que se hayan quedado entre los dientes.
- Lleve al bebé al dentista cuando le salga el primer diente o cuando cumpla 1 año de edad.

Tenga precaución si usa biberón

- Amamante a su bebé—es la opción más sana y los niños que se crían con leche materna corren menos riesgo de tener caries. Si es necesario el uso de biberón, sáquele el biberón cuando el bebé no quiera más.
- Nunca permita que el niño se quede dormido con el biberón de leche materna, leche artificial, jugo o líquidos azucarados en la boca
- Empiece a enseñarle a beber en taza a partir de los 6 u 8 meses de edad. Quítele el biberón cuando cumpla el primer año.
- Cuando los niños tengan sed ofrézcales agua en vez de jugos de frutas o bebidas dulces.

Por A. Rahman Zamani, MD, MPH

Fuentes de consulta e información:

Oral Health in America: A report of the Surgeon General, 2000. www.surgeongeneral.gov/library/oralhealth.
The Oral Health of California's Children: Halting a Neglected Epidemic, The Dental Health Foundation, 2002.
Early Childhood Caries, California Dental Association. www.cda.org/articles/babybottle.htm.



Proporcionada por California Childcare Health Program
Para mayor información, póngase en contacto con:
Línea de Salud 1-800-333-3212

Distribuida por:

Hoja informativa para las familias

Salud bucal y el embarazo

Como mujer usted tiene necesidades especiales en diferentes momentos de su vida. Su salud bucal no es una excepción, y puede ser afectada por cambios hormonales durante la pubertad, la menstruación, el embarazo y la menopausia. Si bien una buena salud bucal, la cual incluye cuidado de los dientes, las encías y la boca, es importante en cualquier fase de su vida; ésta es muy importante durante el embarazo.

¿Cuáles son algunos de los problemas dentales comunes durante el embarazo?

Las mujeres embarazadas están a un nivel de riesgo mayor de desarrollar caries dentales. Además son particularmente vulnerables a las enfermedades de las encías (gingivitis) y a una enfermedad crónica bacteriana que afecta las encías, a las fibras accesorias y a los huesos que sostienen los dientes (enfermedades periontondales o periontonditis). Estos riesgos son mayores en las mujeres que fuman, que tienen deficiencias nutricionales, o que visitan al dentista con menos frecuencia. La gingivitis es causada a menudo por una higiene bucal inadecuada y es reversible con tratamiento profesional y buen cuidado bucal. La gingivitis no tratada puede avanzar y convertirse en periontonditis.

¿Cómo afecta el embarazo a los dientes y a las encías?

- Las mujeres embarazadas y las que toman ciertos anti-conceptivos orales tienen altos niveles de hormonas progesteronas. Los niveles elevados de esta hormona incrementan la sensibilidad de las encías a la bacteria que se encuentra en la placa y puede causar gingivitis (encías rojas o delicadas que sangran fácilmente durante el cepillado de los dientes).
- La necesidad o el deseo de comer más comida y meriendas (tentempiés); especialmente por comidas pegajosas que se quedan en los dientes más tiempo, puede causar caries en los dientes.
- Las náuseas matinales (nausea y vómitos) durante el embarazo pueden también incrementar la incidencia de problemas de salud dental. Los vómitos frecuentes pueden dejar ácidos del estómago en la boca. Si este ácido no se quita rápidamente, puede dañar la superficie de los dientes y producir caries.

- Las mujeres embarazadas algunas veces están muy ocupadas y pueden no tener tiempo y energía para cuidar de sí mismas y de su salud bucal.
- Además, las mujeres embarazadas pueden no presentar síntomas hasta que la enfermedad alcanza un estado avanzado.

¿Podrían las enfermedades de las encías afectar la salud de su bebé?

Cualquier cosa que afecte la salud de la madre puede también afectar a su bebé. Nuevas evidencias y nuevas investigaciones demuestran una relación entre bebés prematuros, de bajo peso al nacer y la gingivitis. El exceso de bacteria; lo cual causa gingivitis, puede entrar en la corriente sanguínea a través de las encías y viajar al útero, desencadenando así la producción de químicos llamados “prostaglandinas”; las cuales se piensa que son las responsables de inducir un parto prematuro.

¿Son seguras las radiografías?

Si usted está embarazada, puede posponer la radiografía de los dientes hasta después que su bebé nazca. Si su dentista le recomienda radiografías, en el consultorio odontológico le darán un delantal con plomo para protegerla a usted y a su bebé de la baja dosis de radiación que se usa.

Maneras de mantener sus dientes saludables

Mastique chicle de xylitol sin azúcar inmediatamente después de comer, para prevenir que los gérmenes pasen a sus niños.

Practique una buena higiene bucal. Para ayudar a prevenir caries dentales y enfermedades de las encías, mantenga su boca limpia, cepille los dientes completamente y remueva la placa. Limpie entre los dientes diariamente con hilo dental o con limpiadores entre dientes.

Visite al dentista regularmente. La limpieza de dientes y los chequeos regulares antes, durante y después de su embarazo son importantes. Hágale saber a su dentista que está embarazada.

Coma alimentos saludables nutritivos. Los dientes de su bebé comienzan a desarrollarse entre el tercer y sexto mes de embarazo. Mantener una dieta balanceada (basada en las nuevas guías de dieta) no solamente es necesario para su salud; porque lo que usted come durante el embarazo además afecta el desarrollo de su hijo aún por nacer; incluyendo los dientes. Evite alimentos que son pegajosos o que contienen mucha azúcar. Estos alimentos pueden causar caries en los dientes.

Fuentes de consulta e información

American Dental Association at www.ada.org.
American Academy of Periodontology at www.perio.org.



Proporcionada por California Childcare Health Program
Para mayor información, póngase en contacto con:
Línea de Salud 1-800-333-3212

Distribuida por:

PLAN DE CLASE 4: FLUORACIÓN

¡El fluoruro es eficaz!

GRUPO(S) OBJETIVO(S): Proveedores de cuidado de niños y padres

TIEMPO: 30 minutos

OBJETIVOS DE APRENDIZAJE

- Explique los beneficios del agua fluorada
- Explique que el agua embotellada o purificada puede que no tenga suficiente cantidad de fluoruro
- Describa otras formas de obtener fluoruro: dentífricos, enjuagues bucales, suplementos y barnices
- Indique los beneficios del barniz dental para prevenir las caries

MÉTODOS DE ENSEÑANZA, ACTIVIDADES SUGERIDAS

- **Charla:** muestre o distribuya los Apuntes 4.1 y repase la información.
- **Demostración y explicación:** muestre los diferentes productos con fluoruro: pasta de dientes, enjuague bucal, tabletas de fluoruro, agua con fluoruro embotellada
- **Explicar:** que solamente una pequeña cantidad de pasta dental (del tamaño de un chícharo) es necesaria para cepillarse los dientes
- **Para los proveedores de cuidado de niños:** demostrar cómo dar la cantidad correcta de dentífrico cuando se trabaja con grupos grandes de niños; por ejemplo, colocar la cantidad de dentífrico del tamaño de un chícharo, en una superficie limpia, para que cada niño pase su propio cepillo de dientes y saque una porción de dentífrico
- **Aviso:** las tabletas de fluoruro son medicamentos y se deben guardar y suministrar, como cualquier otro medicamento. La sobredosis puede resultar en náusea y vómito. Si se consume fluoruro en exceso cuando los dientes permanentes están saliendo o formándose, los dientes pueden presentar manchas. (Departamento de Servicios de Salud en California, Oficina de Salud Bucal, Aprobado por David Nelson, Especialista en Fluoración 19 de Agosto de 2004)

MATERIALES Y EQUIPO

- Apuntes 4.1: *Información y estrategias para tres grupos de niños según sus edades: ¡El fluoruro es eficaz!*
- Productos con fluoruro, ejemplo: pasta de dientes, enjuague bucal, suplementos

PREGUNTAS Y COMENTARIOS

- ¿Cómo pueden asegurarse los proveedores de cuidado de niños, de que cada niño use la cantidad correcta de pasta dental? ¿Qué consejos útiles hay sobre cómo dar la cantidad correcta de pasta dental cuando se trabaja con grupos grandes de niños, y no se puede dar dentífrico a cada niño de forma individual?
- ¿Denti-Cal cubre la aplicación de barniz fluorado? (Sí)
- ¿Cómo pueden asegurarse los padres de que el agua de su casa contiene fluoruro? (La mejor manera, es preguntando al departamento de agua local. No es bueno asumir que todas las casas reciben agua fluorada, simplemente porque el condado tiene agua fluorada. En algunos condados, solo algunas zonas reciben agua fluorada, o se mezcla el agua con agua de pozo; y el agua de pozo puede tener una cantidad alta, baja o insignificante de fluoruro.)

¡El fluoruro es eficaz!

de 0 a 12 meses	de 12 a 36 meses	de 3 a 5 años
<p>Si el agua de la llave contiene fluoruro, use el agua para la fórmula del bebé y para cocinar.</p> <p>Aún si el agua de la llave contiene fluoruro, puede que algunos niños no consuman agua de la llave si las familias beben agua filtrada o embotellada. Si las familias beben agua embotellada, recomiende que compren agua embotellada con fluoruro.</p> <p>Si no sabe si el agua de su casa contiene fluoruro, llame al departamento de salud local.</p> <p>Mande a los padres a un doctor o dentista que les dé información sobre los suplementos de fluoruro (no se debe tomar suplementos antes de los 6 meses de edad.)</p>	<p>Si el agua de llave contiene fluoruro, beba agua, como bebida principal, diluida con jugo* y para cocinar.</p> <p>Identifique productos con fluoruro sin necesidad de receta del doctor: pastas de diente, enjuagues bucales, etc.</p> <p>Mande a los padres a un doctor o dentista que les dé información sobre los suplementos de fluoruro.</p> <p>Proporcione información sobre el barniz con fluoruro—puede obtenerse en el dentista.</p>	<p>Si el agua de llave contiene fluoruro, beba agua, como bebida principal, diluida con jugo* y para cocinar.</p> <p>Mande a los padres a un doctor o dentista que les dé información sobre los suplementos de fluoruro.</p> <p>Proporcione información sobre el barniz con fluoruro—puede obtenerse en el dentista.</p>

*La Academia Americana de Pediatría no aconseja que se dé jugos de frutas a los bebés menores de 6 meses de edad, y no menos de 4 a 6 onzas por día para los niños de 1 a 6 años de edad (AAP, 2001). Si el establecimiento de servicios de cuidado de niños está usando jugo de 100% para cumplir con los requerimientos de frutas, consulte con las guías establecidas en Child Care Food Program (Programa de alimentación de los establecimientos de cuidado de niños) para cumplir con los requisitos nutricionales.

PLAN DE CLASE 5A: DIETA Y NUTRICIÓN

Alimentación saludable

GRUPO(S) OBJETIVO(S): Niños de 2 a 5 años de edad

TIEMPO: 15–20 minutos

OBJETIVOS DE APRENDIZAJE

- Explique por qué es importante elegir meriendas (tentempiés) que sean “amigos de las sonrisas”
- Sepa clasificar los alimentos en las categorías “amigo de las sonrisas” a “mala cara”

MÉTODOS DE ENSEÑANZA, ACTIVIDADES SUGERIDAS

Explicar:

- Que el azúcar no es amiga de los dientes
- Que es mejor comer menos azúcar y menos alimentos pegajosos
- La importancia de “enjuagarse la boca” si no se puede cepillar los dientes después de comer

Explicar: que los alimentos que tienen menos azúcar son “amigos de las sonrisas” y los alimentos con mucha azúcar son “mala cara”

- Proporcione alimentos verdaderos, de juguete, o fotos de alimentos y clasifíquelos como “amigos de las sonrisas” o “mala cara”
- Cante y hable sobre los alimentos que son “amigos de las sonrisas” en las canciones en inglés, por ejemplo: *The Muffin Man*; *Oats, Peas, Beans*; *Over the River and Through the Woods*; *Pat-A-Cake*; *Polly, Put the Kettle On*; *Sing a Song of Six Pence*; *One Potato, Two Potato*; *Peanut Butter and Jelly*; *I’m a Little Teapot*

Dé ejemplo de las opciones saludables de alimentos y proporcione meriendas (tentempiés) saludables a la hora de comer

Ver Apuntes 5.1 para encontrar muchas otras sugerencias

MATERIALES Y EQUIPO

- Alimentos reales, de juguete o fotos de alimentos que reflejen la comunidad de la cual forman parte los niños y los alimentos que se sirven normalmente
- Vea los catálogos de compañías que venden materiales didácticos para guarderías infantiles (ver la sección Fuentes de consulta para encontrar ejemplos)

PREGUNTAS Y COMENTARIOS

- ¿Cuáles son algunos alimentos “amigos de las sonrisas” en tu casa?
- ¿Qué canciones te gustan más? ¿Se las puedes cantar a tus padres esta noche?

APUNTES 5.1: DIETA Y NUTRICIÓN

Ideas de actividades de nutrición para niños en edad preescolar

COLLAGE DE COMIDA SALUDABLE

Objetivo: Poder nombrar alimentos saludables

Plan:

Consiga muchas revistas de comida de los supermercados locales para que los niños recorten las fotos de comidas. Si es posible, consiga revistas con fotos de colores. Los niños también necesitarán pegamento, tijeras y cartulina.

Actividad:

1. Hable con los niños sobre los alimentos saludables.
2. Dé a cada niño: pegamento, tijeras y un hoja de cartulina. Pídales que hojeen las revistas y volantes y que busquen fotos de alimentos saludables que les gusta comer.
3. Luego, haga que los niños recorten sus alimentos saludables preferidos y que los peguen en la hoja de cartulina.
4. Después de que terminen de pegar las fotos, haga pasar al frente de la clase, a un niño a la vez. Pídale al niño que diga qué alimentos eligió y que los señale en su cartulina.
5. Cuelgue en exposición todas las cartulinas en el salón para que los padres y otros maestros las vean.

BINGO CON ALIMENTOS

Objetivo: aprender a jugar bingo y aprender los nombres de varias clases de frutas y vegetales diferentes.

Plan:

1. Antes de dictar esta clase, recorte de revistas varias figuras de diferentes clases de frutas y vegetales y péguelas en una cartulina para hacer tarjetas de bingo. Haga suficientes tarjetas para todos los niños en su clase. Si es posible, haga laminar estas tarjetas para poder usarlas con frecuencia.
2. Luego haga tarjetas con los nombres de todas las frutas y vegetales que usó en sus tarjetas de Bingo para cantar la fruta o vegetal. Cuando un niño tiene 3 o 4 alimentos marcados en una línea puede cantar bingo.
3. Puede tener calcomanías como premio o no tener ningún premio. Los niños disfrutan mucho de este juego y pueden aprender nuevas frutas y vegetales si coloca figuras de frutas o vegetales inusuales tales como berenjenas y kiwis.

Adaptado del libro "A to Z" Teacher Stuff, 7 ideas de planes de clase de Debbie Haren, maestra de preescolar. Impreso con el permiso de © www.atozteacherstuff.com. Para ver todos los planes de clase, visite: <http://atozteacherstuff.com/pages/244.shtml>.

COLORES DE ALIMENTOS

Objetivo: Aprender los diferentes colores de los alimentos y realizar una lámina con los diferentes colores para colocarla en la pared.

Plan:

1. Tenga varias revistas de alimentos con varias figuras de diferentes colores de alimentos.
2. Tenga de cuatro a cinco afiches grandes para que se pueda pegar las figuras.
3. Escriba en cada afiche el nombre de un color de alimento que se pegará en él, tal como: Alimentos verdes, alimentos rojos, etc. (Yo hice cuatro afiches: rojo, verde, violeta y azul)
4. Una vez que los niños hayan recortado las figuras, escriba el nombre de cada alimento debajo de la figura; por ejemplo: tomate, uvas, etc.
5. Una vez que haya terminado de pegar y de hacer los afiches, haga que los niños señalen un alimento y que el resto de la clase diga qué es y de qué color es.

A los niños les encantó hacer esto y también mirar los afiches con frecuencia en el salón. Se pueden laminar los afiches para que puedan durar más tiempo.

RESTAURANTE

Objetivo: jugar al restaurante y elegir comidas saludables cuando uno sale a comer.

Plan:

1. Realice menús con figuras de vegetales y comidas recortadas de revistas
2. Escriba el nombre del alimento debajo de cada figura
3. Arregle un área del salón como si fuera una cocina con muchos alimentos de juguete para preparar los platos en el restaurante. Haga que los niños se sienten en una mesa con un plato, vaso y servilleta.
4. Invite a los niños a que se turnen en ser de mesero, cocinero y cliente.

A los niños les ENCANTA este juego y se divierten muchísimo.

Alimentación saludable

GRUPO(S) OBJETIVO(S): Proveedores de cuidado de niños y padres

TIEMPO: 15 minutos

OBJETIVOS DE APRENDIZAJE

- Explique que no se debe poner a los bebés a dormir con el biberón en la boca, a menos que el biberón solamente contenga agua.
- Explique que los bebés deben de dejar el biberón cuando cumplan un año de edad
- Sepa hablar sobre los alimentos comunes y sus efectos en la salud bucal
- Describa las diferentes maneras de disminuir el consumo de comidas que ocasionan la caries dentales (diluyendo los jugos; limitando las meriendas (tentempiés) de 3 a 4 por día en los niños mayores; cepillándose o enjuagándose la boca después de cada comida, etc.)

MÉTODOS DE ENSEÑANZA, ACTIVIDADES SUGERIDAS

- **Charla:** muestre o distribuya los Apuntes 4.1 y repase la información
- **Nombre:** los alimentos comunes que son pertinentes para la cultura y etnia del grupo y nombre diferentes, “comidas rápidas”. Describa los efectos que estos alimentos tienen en la salud bucal
- **Identifique:** buenas substituciones, por ejemplo: queso en lugar de dulces, pedazos de fruta en lugar de un dulce. Use los Apuntes 5.3 para dar ideas de meriendas (tentempiés)
- **Diálogo:** anime a los proveedores de cuidado de niños y a los padres a hablar y compartir los éxitos que han tenido de convencer a los niños de comer comidas y meriendas (tentempiés) más saludables

MATERIALES Y EQUIPO

- Apuntes 5.2: *Información y estrategias para tres grupos de niños según sus edades: Alimentación saludable*
- Apuntes 5.3: *Hoja informativa para las familias: Buena nutrición y sonrisas saludables*
- Un pizarrón o pizarra blanca o un papel grande para escribir y marcadores
- Hable al programa de nutrición local de WIC (Women, Infants, Children) para pedir videos sobre nutrición. Esta información está en el Internet: www.calwic.org
- Información sobre el proyecto First Smiles: www.first5oralhealth.org

PREGUNTAS Y COMENTARIOS

- ¿De qué sirve servir comidas saludables a los niños si cuando van a su casa, su familia les sirve comidas no saludables?
- La preferencia de alimentos depende de cómo come la familia en la casa. Los proveedores de cuidado de niños pueden intentarlo, pero es muy difícil cambiar las preferencias muy arraigadas.
- Algunos niños están tan acostumbrados a tomar biberón en la cuna que es muy difícil cambiarles la costumbre cuando están en la guardería infantil. ¿Cómo pueden los proveedores de cuidado de niños trabajar con las familias para mantener la regularidad en los dos lugares?
- En caso de que corresponda: ¿Cuáles son las necesidades únicas de niños con discapacidades o con necesidades especiales?

Alimentación saludable

de 0 a 12 meses	de 12 a 36 meses	de 3 a 5 años
<p>Si el bebé necesita el biberón antes de dormir, dele agua solamente.</p> <p>Nunca coloque cosas para sostener el biberón, cuando deba alimentar al bebé.* Después de que salga el primer diente, limite al alimentación del bebé de 3 a 4 horas.</p> <p>A los 6 meses, ofrezca jugo y agua en taza</p> <p>Diluya los jugos** con agua porque los jugos contienen gran cantidad de azúcar. Limite el consumo de jugos.</p> <p>Si el bebé se alimenta solo con biberón, después de los 6 meses comience a destetar al bebé y anímelo a tomar en taza.***</p>	<p>A los 12 meses destete al bebé.</p> <p>Anime al niño en edad de aprender a caminar a beber solamente en taza.</p> <p>Ofrezca meriendas (tentempiés) saludables, tales como: queso, apio, zanahoria, frutas crocantes, galletitas saladas, yogurt. Ofrezca bebidas tales como la leche y el agua.</p> <p>Diluya los jugos** con agua porque los jugos contienen gran cantidad de azúcar. Limite el consumo de jugos.</p>	<p>A los 3 años, el niño debe estar completamente destetado del biberón y beber en taza.</p> <p>Motive a los niños que beban agua fluorada de la llave, en vez de beber jugos o refrescos, porque estos tienen poco valor nutritivo.</p> <p>Elija meriendas (tentempiés) saludables que tienen poca azúcar. (Ver la lista en la columna anterior.)</p> <p>Limite las meriendas (tentempiés) de 3 a 4 por día en los niños mayores.</p> <p>Limite el consumo de jugos, jugos en cartón y de meriendas (tentempiés) dulces o pegajosas.</p> <p>Después de comer alimentos que promueven las caries, cepille los dientes del niño, o haga que se enjuague la boca con agua .</p>

*Para algunas culturas esto puede resultar difícil de aceptar. Explique las consecuencias de colocar cosas para sostener el biberón, ejemplo: almohadones porque esto reduce el lazo afectivo entre el bebé y la persona a su cuidado, y trae otras consecuencias como el atragantarse u otras de mayor riesgo, como infecciones de oído.

**La academia American Academy of Pediatrics no recomienda que se dé jugo de fruta a los bebés menores de 6 meses de edad y no más de 4 a 6 onzas por día para niños de 1 a 6 años de edad (AAP, 2001). Si el programa de cuidado para niños usa solamente jugo para cumplir con la regulación sobre frutas, consulte los lineamientos del Programa de alimentos para los Centros de Cuidado de Niños y para poder cumplir con las necesidades nutricionales.

***Algunas culturas promueven el destete a una edad mayor. Reconozca la existencia de diferencias y explique la razón y motivo para que el destete ocurra más pronto. Explique que es mucho más fácil destetar a los 12 meses que a los 2 años de edad.

Hoja informativa para las familias

Buena nutrición y sonrisas saludables

Una buena nutrición no es sólo necesaria para tener una buena salud general; también juega un papel importante en el desarrollo y la protección de una buena salud bucal.

Tener un buen estado de salud significa también tener un buen estado de salud bucal

La salud bucal es imprescindible para tener una buena salud general y el tener una buena salud bucal significa algo más que tener dientes saludables, o no tener enfermedades; sino que significa tener dientes, encías y boca saludables, sin dolencias y en buen estado de funcionamiento. La salud bucal también facilita una buena nutrición. Necesitamos tener los dientes y las encías saludables para masticar y tragar los alimentos eficazmente y para absorber los nutrientes indispensables para que el organismo tenga salud general. Asimismo, la buena nutrición y costumbres de alimentación adecuadas fomentan una buena salud bucal.

La importancia de una alimentación saludable

Los dientes de leche se empiezan a desarrollar durante el segundo mes de vida del embrión y comienzan a calcificarse antes del nacimiento. Los dientes permanentes se empiezan a calcificar justo antes del nacimiento del bebé y todas las coronas de los dientes permanentes, excepto las del tercer molar, están formadas para cuando el niño tiene 8 años de edad. Lo que comemos y bebemos no sólo juega un papel importante en el desarrollo y protección de los dientes y las encías. De hecho, las dos enfermedades más comunes: las caries y las enfermedades de encías, se pueden prevenir simplemente mejorando la dieta. La enfermedad de encías afecta los tejidos blandos que sujetan los dientes y es la mayor causa de pérdida de dientes en adultos.

Estos son los nutrientes importantes para tener una buena salud bucal:

- **Las proteínas** son importantes para la formación de los dientes. La desnutrición causa un retraso significativo en la erupción de los dientes de leche y hay estudios que sugieren que la desnutrición temprana y la aparición de caries, (los dientes poco desarrollados y bajos en calcio son más vulnerables a las caries) están relacionadas.
- **El calcio, la vitamina D y el flúor** son necesarios para la formación de dientes fuertes durante el proceso llamado

calcificación dental. Una falta de vitamina D durante la infancia causa retrasos en la aparición de los dientes de leche y de dientes permanentes, y modifica el orden en el que salen los dientes. El flúor disminuye la posibilidad de padecer de caries al endurecer el esmalte de los dientes, reducir la capacidad de la bacteria para producir ácido y fomentar la reposición mineral.

- **Las vitaminas C y K** son importantes porque mantienen las encías saludables. La vitamina C mantiene fuerte el tejido de las encías y la vitamina K controla la pérdida de sangre. La falta de vitamina C afecta las encías y el tejido blando que sujeta los dientes.
- **La falta de vitamina A** durante la formación de los dientes interfiere con la calcificación dental y como resultado el esmalte de los dientes no se desarrolla completamente o se desarrolla mal.
- **La falta de riboflavina** produce la inflamación de la lengua y la inflamación y el desarrollo de grietas en los labios.

Costumbres alimenticias que afectan la higiene bucal

Uso inadecuado del biberón

En muchos casos, las caries de la niñez temprana se deben a que los bebés beben jugos u otras bebidas azucaradas, en lugar de agua, en biberón o tacita (sippy cup). Esto puede ocurrir cuando se acuesta a los niños con el biberón o cuando beben del biberón o tacita (sippy cup) con frecuencia durante el día.

Alimentos ricos en azúcar o almidón

Aunque los niños y los adolescentes necesitan dietas que proporcionen mucha energía, esto no significa que deban consumir durante el día refrescos y meriendas (tentempiés) que contengan grandes cantidades de azúcar. Se ha relacionado la existencia de altos niveles de bacteria que causan caries con el consumo de alimentos ricos en azúcar o almidón (especialmente los alimentos pegajosos), ejemplos: caramelos duros, refrescos, jugos de frutas, galletas dulces, pasteles, tartas y papas fritas. Estos alimentos pueden producir caries porque reaccionan con la bacteria que hay en los dientes y producen ácidos que corroen el esmalte de los dientes.

Frecuencia de comidas

Además de una buena higiene bucal, el factor más importante relacionado con las caries es la frecuencia con la que se come. Cuanto más frecuentes sean las comidas, mayor es el riesgo de tener caries. Esto es debido a que comer a menudo fomenta el crecimiento de la bacteria bucal que a su vez aumenta el nivel de acidez en la cavidad bucal.

Fuentes de consulta

Academia de Pediatría Americana. (2004). *Manual de Nutrición Pediátrica (Pediatric Nutrition Handbook)*, Quinta Edición.



Proporcionada por California Childcare Health Program
Para mayor información, póngase en contacto con:
Línea de Salud 1-800-333-3212

Distribuida por:

PLAN DE CLASE 6: CONTROL Y PREVENCIÓN DE LESIONES

¡Ay!

GRUPO(S) OBJETIVO(S): Proveedores de cuidado de niños y padres

TIEMPO: 20 minutos

OBJETIVOS DE APRENDIZAJE

- Describa medidas de primeros auxilios para las siguientes heridas:
 - Expulsión del diente por causa de golpe (avulsión)
 - Fractura de diente
 - Mordida de lengua o labio
 - Objetos atrapados entre los dientes
 - Dolor de muelas
 - Trauma en la mandíbula o fractura de la mandíbula
- Explique la importancia de usar guantes cuando tenga contacto directo con fluidos corporales
- Describa el protocolo de precauciones estándares que debe seguir si hay contacto directo

MÉTODOS DE ENSEÑANZA, ACTIVIDADES SUGERIDAS

- **Lluvia de ideas:** pídale a los participantes que hagan una lista de las heridas bucales o dentales que hayan visto en su guardería, casa, o comunidad
- **Charla:** Use los Apuntes 6.1 y 6.2 y converse sobre las heridas dentales y las medidas de primeros auxilios
- **Para proveedores de cuidado de niños:** Use la actividad 6.3 para reforzar los pasos a seguir. Realice una lámina transparente o un poster para escribir las respuestas. Corrija a los participantes, en caso necesario
- **Preguntas y respuestas:** responda las preguntas o comentarios de los participantes

MATERIALES Y EQUIPO

- Apuntes 6.1: *Información y estrategias para tres grupos de niños según sus edades ¡Ay!*
- Apuntes 6.2: *Qué hacer en caso de emergencia dental*
- Para los proveedores de cuidado de niños: Actividad 6.3: *Cuidado y primeros auxilios en caso de emergencia dental*
- Un par de guantes como recordatorio de las precauciones estándares
- Apuntes 6.4: *Notas de salud y seguridad: Precauciones estándar y universales en establecimientos de cuidado de niños*

PREGUNTAS Y COMENTARIOS

- ¿Qué hace un proveedor de cuidado de niños cuando de manera fortuita tiene contacto con la sangre u otro fluido corporal mientras está asistiendo a un niño que tiene una herida bucal? [Vea los Apuntes 6.4]
- ¿Tiene la guardería infantil información de personas alternativas con quien comunicarse en caso de emergencia cuando no se encuentra a los padres? [Este es un requisito de los estándares nacionales establecidos por Caring for Our Children.]
- ¿Tiene la guardería infantil en sus archivos el nombre del dentista de cada niño?



de 0 a 12 meses	de 12 a 36 meses	de 3 a 5 años
<p>Coloque letreros de información sobre primeros auxilios dentales, y de cómo contactar a profesionales en caso de emergencia*</p> <p>Verifique: que todo sea a prueba de niño, especialmente en cuanto a las caídas</p> <p>Nunca deje a los bebés solos en la mesa donde se los cambia, en sillas, o cualquier otra superficie alta</p> <p>Haga incapié en la uso de asientos de seguridad para bebés, cuando el bebé está en el carro y que estos asientos sean actualizados</p> <p>Verifique que los números de teléfono para comunicarse con los padres o personas alternativas en caso de emergencia, sean números actuales</p> <p>Ponga atención a las señales de maltrato, abuso y negligencia de niños</p>	<p>Coloque letreros de información sobre primeros auxilios dentales, y de cómo contactar a profesionales en caso de emergencia*</p> <p>No use andaderas (andadores) o cualquier otro tipo de caminador</p> <p>Asegúrese de que las rejas de seguridad estén instaladas en las escaleras</p> <p>Enseñe al niño a subir y bajar los escalones</p> <p>Retire cualquier mueble que tenga bordes punteagudos y que se encuentren en áreas de paso frecuente</p>	<p>Coloque letreros de información sobre primeros auxilios dentales, y de cómo contactar a profesionales en caso de emergencia*</p> <p>Controle y realice mantenimiento de las áreas y los ambientes de juego</p> <p>Use materiales aprobados específicamente para colocar debajo de las áreas de juego</p>

*Consejo útil sobre precaución para los proveedores de cuidado de niños: siempre tenga un par de guantes en su bolsillo para prevenir el contacto con fluidos corporales. Si hay contacto directo, lávese inmediatamente el área de contacto con agua y jabón.

Qué hacer en caso de una emergencia dental

Condición	¿Qué debe hacer el profesional a cargo del cuidado de niños?
Expulsión del diente por causa de golpe (avulsión)	<ol style="list-style-type: none"> 1 . Recupere el diente y tómelo por la corona. Si el diente está sucio, enjuáguelo con cuidado, preferentemente en la saliva del niño. NO lo refriegue y NO le quite ningún tejido que tenga adherido. 2 . Coloque el diente en una taza con leche entera fría. Use agua como último recurso. 3 . Comuníquese con los padres para que lleven al niño al dentista inmediatamente.
Fractura de diente	<ol style="list-style-type: none"> 1 . Haga que el niño se enjuague la boca con agua tibia para mantener el área limpia. 2 . Si encuentra el pedazo de diente, colóquelo en un contenedor limpio solo para que el dentista lo revise. 3 . Use compresas frías en el área para que baje la inflamación. 4 . Comuníquese con los padres para que lleven al niño al dentista inmediatamente.
Mordida de lengua o labio	<ol style="list-style-type: none"> 1 . Aplicar presión directa en la herida con un pedazo de tela limpia para parar el sangrado. 2 . Coloque una compresa fría en las áreas hinchadas. 3 . Si el sangrado no para dentro de un período de tiempo razonable, llame a los padres para que lleven al niño a la sala de emergencia o al profesional de salud que atiende al niño.
Objetos atrapados entre los dientes	<ol style="list-style-type: none"> 1 . Si el niño puede estar quieto, coloque hilo dental cuidadosamente entre los dientes y retire el objeto. 2 . Si no se puede retirar el objeto con facilidad, llame a los padres para que lleven al niño al dentista.
Dolor de muelas	<ol style="list-style-type: none"> 1 . Haga que el niño se enjuague la boca con agua tibia y que use hilo dental para quitar cualquier alimento. 2 . Llame a los padres para explicar la situación y recomiende que el niño sea visto por un dentista inmediatamente.
Trauma en la mandíbula o fractura de la mandíbula	<ol style="list-style-type: none"> 1 . Ate una bufanda, pañuelo, corbata o toalla alrededor de la mandíbula y sobre la cabeza para mantener la mandíbula en su lugar. 2 . Aplique compresas frías en las áreas hinchadas. 3 . Comuníquese con los padres para que lleven al niño al dentista o a la sala de emergencia inmediatamente.
De Florida Dental Association (www.floridadental.org/patients/firstaid.html)	

Cuidado y primeros auxilios en caso de emergencia dental

Indicaciones: Use las preguntas de la 1 a la 4 como temas de análisis. Después de revisar la información de los **Apuntes 6.1 y 6.2**, pida a los participantes que se ayuden entre sí para completar la sección de *Cuidado en casos emergencia* a continuación. Vuelva a considerar las preguntas con todo el grupo y corrija cualquier error.

1. ¿Cuál es el rol del programa de cuidado de niños en caso de una emergencia dental?
2. ¿Exige el programa de cuidado para niños que se den al menos dos nombres y números de teléfono de otros adultos para ser llamados en caso de emergencia, si es que no se puede ubicar a los padres?
3. ¿Se pidió a los padres que dieran el nombre y teléfono del dentista del niño, aún si el niño es un bebé?
4. ¿Cuáles son los obstáculos en un programa de cuidado para niños para poder dar primeros auxilios dentales a un niño?

Cuidado en casos de emergencia	
Condición	¿Qué debe hacer un profesional de cuidado de niños?
1. Expulsión del diente por causa de golpe (avulsión)	
2. Fractura de diente	
3. Mordida de lengua o labio	
4. Objetos atrapados entre los dientes	
5. Dolor de muelas	
6. Trauma en la mandíbula o fractura de la mandíbula	



Notas sobre salud y seguridad
California Childcare Health Program

Precauciones estándar y universales en establecimientos de cuidado de niños



¿Qué son las precauciones estándar y universales?

Precauciones universales es el término utilizado en los lineamientos redactados por los Centros de Prevención y Control de Enfermedades en la década de los años '80 para reducir el contagio de infecciones a los profesionales de la salud y los pacientes en centros de atención médica.

Precauciones estándar es el nuevo término que se utilizó al ampliar las precauciones universales y reconocer que cualquier fluido corporal puede albergar gérmenes. Estas precauciones aún están diseñadas con el propósito de prevenir el contagio de enfermedades que se transmiten por contacto con la sangre u otros fluidos corporales; sin embargo, son medidas excelentes también para prevenir el contagio de enfermedades infecciosas en el ámbito de servicios de cuidado de grupos de personas, tal como los establecimientos de servicios de cuidado de niños.

¿Por qué son necesarias las precauciones estándar?

Las precauciones estándar se han elaborado para reducir el riesgo de contagio de enfermedades infecciosas que provengan de fuentes conocidas y desconocidas. Los gérmenes que se transmiten a través de la sangre o de fluidos corporales pueden provenir de cualquier persona en cualquier momento. Tal vez usted no sabe si alguien está infectado con un virus como el de la hepatitis B o el VIH; a veces, ni la persona infectada lo sabe. Por esta razón, es necesario comportarse de manera que implique que todas las personas pueden estar infectadas en todas las situaciones que lo pongan en contacto con sangre o fluidos corporales.

¿En qué consisten las precauciones estándar?

Las precauciones estándar consisten en lo siguiente:

Lavado de manos

- después de cambiar pañales o de ayudar a los niños cuándo van al baño

- después de tocar fluidos corporales de cualquier tipo
- antes y después de administrar primeros auxilios (como limpieza de cortes, rasguños o narices que sangran)
- después de limpiar derrames u objetos contaminados con fluidos corporales
- después de quitarse los guantes desechables
- ¡recuerde que ponerse los guantes no significa que no tiene que lavarse las manos!

Uso de guantes de látex

- cuando esté en contacto con sangre o fluidos corporales que contengan sangre (ejemplo: vómitos o excrementos con sangre visible)
- cuando la persona tenga cortes, rasguños o salpullidos que abren la piel de las manos

Desinfección del establecimiento realizada con regularidad o cuando sea necesario. En los establecimientos de cuidado de niños, esto significa limpiar los juguetes, las superficies y las zonas donde se cambia los pañales con una solución de lejía (una mezcla de 1 cucharada de cloro por cada cuarto de galón de agua, preparada el día que se vaya a utilizar). Los derrames de sangre y los objetos manchados con sangre requieren una mezcla más fuerte (un cuarto de taza de cloro por cada dos tazas y media de agua) (Donowitz, 1999). Póngase guantes cuando tenga que tocar sangre.

Desecho adecuado de materiales empapados o cubiertos de sangre endurecida: se debe poner estos materiales en doble bolsa de plástico y atarlas bien. Mande estos artículos con el niño a la casa o, si los lava usted, lávelos por separado. Los instrumentos que se utilizan con los niños con necesidades especiales (por ejemplo, lancetas para pinchar los dedos o jeringas para las inyecciones que se los dan los padres) necesitan ser puestos en recipientes especiales para ser desechados adecuadamente. Los padres pueden llevar al centro de cuidado de niños, un "recipiente para artículos filosos" para guardar las lancetas y agujas, hasta que los padres puedan llevárselas a su casa y desecharlas.

APUNTES 6.4

Diferencias entre las precauciones estándar de establecimientos de cuidado de niños y de los hospitales y clínicas

Los centros de cuidado de niños siguen las mismas precauciones estándar que los hospitales y las clínicas con algunas excepciones:

- El uso de guantes no porosos es opcional excepto cuando haya sangre o fluidos corporales que contengan sangre.
- No es necesario el uso de batas o máscaras.
- El uso de barreras de infección adecuadas como papel desechable en las mesas donde se cambian los pañales, toallas desechables y superficies que se puedan desinfectar en los establecimientos de servicios de cuidado de grupos de personas.

¿Qué más estoy obligado a hacer?

La Administración de la Seguridad y Salud Ocupacional (OSHA, por sus siglas en inglés) también exige que todos los programas de cuidado de niños con personal (incluyendo los hogares de familia donde se da servicios de cuidado de niños donde trabajen ayudantes o voluntarios) tengan un Plan de Control Contra la Exposición de Patógenos sanguíneos. Este plan debe estar por escrito y debe incluir:

Análisis de posibilidad de exposición. Esto es una lista de los cargos o responsabilidades de trabajo que podrían poner a una persona en contacto con sangre o fluidos que contengan sangre (ejemplo: primeros auxilios, hacer sonar las narices, cambiar pañales, etc.)

Métodos de cumplimiento. Estos son los métodos a seguir para asegurarse de que su plan funcione y deben indicar las precauciones estándar por escrito, los planes de limpieza, la capacitación de personal que usará los métodos y la existencia de guantes.

Vacuna contra hepatitis B. El patrón debe ofrecer esta vacuna a los empleados gratuitamente. Las series de vacunas pueden empezar

- durante los 10 primeros días después de empezar a trabajar, o
- durante las primeras 24 horas después de un probable contacto con la sangre (contacto con la sangre de manera fortuita al administrar primeros auxilios, cambiar un pañal con excremento con sangre, etc.)

Nota: La vacuna contra la hepatitis B es una serie de tres dosis que se deben administrar dentro de fechas específicas. Ahora que es obligatorio que todos los niños sean vacunados antes de ingresar al centro de cuidado de niños, los profesionales a su cargo tienen menos riesgo de contraer hepatitis B en los centros de cuidado de niños.

Procedimientos para la notificación en caso de exposición.

Estos procedimientos son obligatorios e indicarán al personal qué hacer si ocurre algo que hace que el empleado que tiene una herida abierta (cortes, rasguños, salpullidos abiertos o piel rasgada) o cuyas membranas mucosas (de los ojos, boca o nariz) entran en contacto con la sangre de otra persona. Asimismo, se exige que se documente la situación de exposición; que se registre si el empleado recibió un examen médico gratuito o no, si se le hizo un seguimiento médico, y que se le ofreció la vacuna contra la hepatitis B, si aún no recibió la serie de vacunación.

Curso de capacitación sobre las regulaciones de OSHA.

Todos los empleados deben recibir esta capacitación en el momento en que empiezan a trabajar por primera vez. El curso debe abarcar:

- una explicación de cómo se transmite el VIH (que ocasiona el SIDA) y el VHB (que ocasiona hepatitis B)
- una explicación de las precauciones estándar y el plan de control contra exposiciones existentes en su programa de cuidado de niños.

Si desea mayor información sobre los requisitos de OSHA, póngase en contacto con la oficina del Servicio de Consultas de Cal/OSHA cuyo número aparece en la guía telefónica o llame a la Línea de la Salud al (800) 333-3212 para ubicar la oficina más cercana.

Fuentes de consulta (en inglés)

American Public Health Association and American Academy of Pediatrics. *Caring for Our Children: National Health and Safety Performance Standards: Guidelines for Out-of-Home Child Care Programs.* (2002). Second Edition.

Child Care Law Center. (1994). *CalOSHA Regulations on Bloodborne Pathogens.* San Francisco, CA.

Donowitz, L.G. (1999). *Infection control in the child care center and preschool.* Fourth edition. Pennsylvania: Lippincott, Williams & Wilkins.

por Lyn Dailey, PHN (revisado en julio 2007)

California Childcare Health Program • 1950 Addison Street, Suite 107 • Berkeley, CA 94704-1182
Teléfono 510-240-0930 • Fax 510-240-0931 • Línea de salud 1-800-333-3212 • www.ucsfchildcarehealth.org

SECCIÓN 3: RESUMEN Y CONCLUSIÓN

Plan de ejemplo de taller

¿Desea brindar información de salud bucal a padres y profesionales de cuidado de niños en una sola presentación? A continuación sigue un ejemplo de un taller de una hora de duración.

“LOS PADRES SON LOS PRIMEROS DENTISTAS”

GRUPO OBJETIVO: Padres

TIEMPO: 40–60 minutos

OBJETIVOS DE APRENDIZAJE

Enseñar al menos tres estrategias claves para mantener una buena salud bucal, por ejemplo:

- Realizar un examen “levantar el labio” (para padres de bebés)
- Realizar cepillado y uso de hilo de dental apropiado
- Elegir alimentos (merienda, tentempié) saludables

PREPARACIÓN

Muchos padres pueden estar interesados en la salud bucal pero se sienten cansados y reacios a asistir a actividades después del trabajo. Organizar un taller toma tiempo y esfuerzo, entonces haga que su tiempo y esfuerzo le rindan, y motive a los padres a asistir. Use alguna de estas u otras estrategias:

- Reparta volantes simples y coloridos al menos 2 o 3 semanas antes, con títulos tales como “Su bebé puede tener dientes sanos de por vida. ¡Averigüe cómo!”
- Anuncie que habrá un sorteo con premios y refrigerios.
- Antes del taller, un volante de promoción por varios días seguidos para hacer acordar a los padres de la fecha.
- Tenga una lista de RSVP (se ruega contestar) y dé “dos talones de rifa” a los padres que se inscriban.
- Ofrezca cuidado para niños durante el taller para minimizar distracciones.

Ejemplo: Prepare tres estaciones de “sonrisas saludables:” Levantar el labio, Cepillado y uso del hilo dental y Alimentos (merienda, tentempié) saludables. Si es posible, tenga a un miembro de su personal en cada estación que sepa realizar una demostración o impartir enseñanzas sobre cada tema. Prepare un bosquejo detallado para el taller. Ensaye la presentación. Tome bien el tiempo de la presentación para que sepa si puede terminar puntualmente.

MÉTODOS DE ENSEÑANZA, SUGERENCIA DE ACTIVIDADES

- **El tiempo** es importante; tenga un reloj bien visible para usted o la persona que presente el taller. Comience lo más puntualmente posible.

- **Capte la atención** de los padres diciéndoles que ahora es posible “tener dientes sanos de por vida.” Asegure a los padres, que ellos pueden ayudar a sus hijos a tener pocas o ninguna caries. **Opcional:** pregúnteles qué solían hacer ellos cuando eran pequeños y cuáles son las expectativas que ellos tienen de mantener sus propios dientes sanos de por vida.
- **Presente** mensajes claves con el póster “¿Qué piensa usted?”
- **Muestre** fotos de dientes cariados por el biberón y otras fotos de caries en los niños. Haga una demostración del examen “Levantar el labio.”
- **Haga una demostración** de cómo cepillar los dientes correctamente.
 - ✓ Use un cepillo de cerdas suaves y coloque una pequeña cantidad de pasta dental con flúor (del tamaño de un chicharo o la mitad de un chicharo) sobre la parte ancha de las cerdas.
 - ✓ Deje que el niño se cepille, luego termine cepillándole todas las superficies de los dientes y la lengua.
 - ✓ Un cepillado completo debe tomar alrededor de 2 minutos. Si es posible use un temporizador.
 - ✓ Los cepillos de dientes eléctricos son eficaces y a veces vienen con un temporizador.

“¿QUÉ PIENSA USTED?”	
Los dentistas recomiendan:	¿Qué piensa usted?
Cepille tan pronto como aparezca el primer diente.	
Si el niño se alimenta con biberón, haga que lo deje al año de edad.	
Ayude a los niños con el cepillado y el uso del hilo dental hasta los 8 años.	
Meriendas (tentempiés): sepa qué es saludable y qué no lo es.	
Limite el consumo de alimentos azucarados o pegajosos entre comidas.	
Visite al dentista antes de cumplir 1 año	
Sepa qué hacer si se rompe un diente	
<p>En relación a: dejar el biberón; algunas culturas promueven dejar el biberón cuando el niño tiene más edad. Reconozca las diferencias, explique los motivos y anime a que se haga dejar el biberón antes.</p> <p>En relación a: que si el niño es amamantado; los dentistas recomiendan que se destete a la edad de 2 años, y que deje de ser amamantado “voluntariamente,” es decir cuando el niño quiera.</p> <p>En relación a: la visita al dentista al año de edad; si no hay un profesional de salud dental con experiencia pediátrica o si lo hay pero no es asequible, cambie el mensaje y diga: “pida al médico de cabecera de su niño que haga el examen bucal.”</p>	

-
- **Respete** las diferencias y diga que alguna de las recomendaciones pueden contradecir a algunas prácticas culturales o familiares. Ofrezca modificaciones para lograr una buena salud bucal.
 - **Repase** los mensajes claves al final. Agradezca a los padres por su asistencia. Recuérdeles que pueden hojear los libros expuestos y motívelos a que pidan libros prestados de la biblioteca. Recuérdeles que se lleven cualquier apuntes o folletos que tenga. Coloque un volante de cada uno en la(s) pizarra(s) de información del programa de cuidado para niños.

MATERIALES Y EQUIPO

- Tres o más libros para niños sobre la salud bucal (para tenerlos de muestra)
- Modelo de diente, cepillo de dientes, dentífrico con flúor
- Una hoja de papel grande y marcador para realizar el cuadro a continuación
- Lista de dentistas locales que acepten seguros de bajo costo tales como Denti-Cal y Healthy Families
- Folletos de “Primeras sonrisas” (Disponibles en inglés, armenio, camboyano, chino, español, hmong, coreano, ruso, tagalo, vietnamita)
- Apuntes sobre la salud bucal en inglés y otros idiomas que correspondan, tales como:
- Apuntes 1.2 *Hoja informativa para las familias: Dentición*
- Apuntes 3.6 *Hoja informativa para las familias: Es importante cepillarse los dientes*
- Apuntes 3.7 *Hoja informativa para las familias: El cuidado bucal*
- Apuntes 3.8 *Hoja informativa para las familias: Las caries dentales en los niños pequeños*
- Apuntes 5.5 *Hoja informativa para las familias: Buena nutrición y sonrisas saludables*
- Póster: *¿Qué piensa usted?*

PREGUNTAS Y COMENTARIOS

- ¿Cómo puede hacer el programa de cuidado para niños para motivar a los padres a asistir a clases de educación sin brindar incentivos costosos tales como cena, cuidado de niños gratuito, etc.?
- Los proveedores de cuidado de niños están exhaustos al final del día. ¿Cómo se puede prevenir el desgaste laboral si también se espera que realicen talleres educativos fuera del horario de trabajo?

CÓMO HACERLO MEMORABLE: USE MENSAJES EFICACES SOBRE LA SALUD BUCAL

Cuando usted se está preparando para hablar sobre la salud bucal, busque una forma memorable de presentar sus puntos claves. Recuerde que los mensajes eficaces son:

- **Simples:** De tres a cinco mensajes, si es posible
- **Posibles:** La persona debe poder realizar lo que dice el mensaje
- **Memorable:** Utilice siglas, aliteración (“levante el labio”) u oraciones con “juegos de palabras”

Ejemplos de mensajes clave para padres y proveedores de cuidado de niños

Ejemplo 1: Refresque sus conocimientos sobre dientes sanos: Pasos sencillos para lograr las sonrisas de los niños

La campaña de los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (conocidas en inglés con la sigla CDC)* para educar a los padres sobre los hábitos dentales apropiados y cómo cuidar los dientes de los niños:

1. Comenzar a limpiar los dientes a una edad temprana
2. Use pequeñas cantidades de dentífrico fluorado
3. Levante el labio
4. Supervise el cepillado hasta los 8 años de edad
5. Hable con el doctor o dentista de su hijo

Los materiales disponibles en inglés y español son:

- Póster: Refresque sus conocimientos sobre dientes sanos
- Hoja de consejos: Pasos sencillos para lograr las sonrisas de los niños
- Cuestionario para los padres

Ejemplo 2 del folleto “Los dientes sanos comienzan en casa” de First Smiles

1. Los adultos pueden difundir gérmenes que causan caries. No ponga nada en la boca de su hijo que haya estado en la boca de usted.
2. Los niños deben realizar una visita al dentista antes del primer año de vida.
3. Cepíllese sus dientes y los de su niño a la mañana y justo antes de irse a dormir. Use dentífrico fluorado.
4. Los niños necesitan la ayuda de un adulto para cepillarse los dientes hasta los 8 años de edad.
5. Limite la frecuencia en la que su hijo consume jugo, bebidas dulces y meriendas (tentempiés)

Ejemplos de mensajes clave para los niños de hasta 5 años de edad

ENJUAGA-CEPILLA-MASTICA-SALUDA*

1. ENJUAGA con agua después de comer
2. CEPILLA al menos dos veces al día
3. MASTICA alimentos saludables
4. SALUDA al dentista; es tu amigo(a)

*Usa mensajes de la Campaña de CDC “Refresque sus conocimientos sobre dientes sanos” (www.cdc.gov/communication/campaigns/brushup.htm), de las páginas para colorear “Don’t Let Your Smile Become Extinct!” de American Dental Association y “Keeping Your Child’s Healthy Smile!” de USDA.

SECCIÓN 3: RESUMEN Y CONCLUSIÓN

Actividad para finalizar: Parte 1

Guía para analizar en grupo: El quid de enseñar a niños pequeños sobre salud bucal

Esta lección permite a los participantes pensar en todos los detalles sobre la educación de salud bucal, analizar necesidades específicas y recibir apoyo y sugerencias para satisfacerlas.

Instrucciones para el presentador: Haga que los participantes respondan a las preguntas 1 y 2 por escrito y de forma independiente. Luego, divida a la clase en grupos de 3 a 5 personas por grupo. Pida que cada grupo nombre a un representante del grupo. Pida a cada grupo que trabaje con las preguntas 3 y 4. Después de 10 minutos, pida al vocero de cada grupo que comparta lo que se ha hablado en el grupo, concentrándose en las respuestas de las preguntas 3 y 4.

1. Escriba cuatro mensajes de salud bucal que le gustaría enseñar a los niños que asisten a su centro:

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____

2. Idee formas en las que puede comunicar estos mensajes. Por ejemplo:

- Realice demostraciones sobre prácticas de salud bucal apropiadas, ejemplo: cepillarse los dientes.
- Coloque equipo de salud bucal, ejemplo: varios tamaños de cepillos de dientes, muestras de dentífrico (con la tapa pegada), contenedores de hilo dental, etc. en el área donde los niños juegan a disfrazarse.
- Obtenga muestras de equipo dental (máscaras, delantales blancos, gafas protectoras) para desmitificar el consultorio dental
- Lea libros a grupos de niños y a niños individuales durante la hora de lectura
- Coloque libros de salud bucal para niños en el área de libros
- Cante canciones sobre el cuidado de los dientes y el consumo de alimentos saludables
- Realice actividades con baile o movimiento y con títeres
- Realice juegos y otras actividades con alimentos y comidas saludable versus comidas y alimentos no saludables
- Supervise la práctica y brinde su opinión
- Otro: _____

3. Demuestre al menos tres de los puntos anteriores. Explique o haga juego de roles.

4. Identifique necesidades especiales o problemas que puedan surgir, y la forma de resolverlos.

Estrategia	"Necesidades"	Formas de resolverlas
Ejemplo: Hacer una demostración de cómo cepillarse los dientes adecuadamente	<ul style="list-style-type: none">• Los niños necesitan prestar atención durante la demostración.• Modelo de diente para la demostración	<ul style="list-style-type: none">• Realice una demostración breve e interactiva• Haga participar a los niños "activamente" y que no solo escuchen o miren• Pídale a una consultorio o escuela dental que done cosas o le enseñe a sus niños

SECCIÓN 3: RESUMEN Y CONCLUSIÓN

Actividad para finalizar: Parte 2

Prácticas eficaces, obstáculos y estrategias

Este plan de clase permite que los participantes revisen todas las seis áreas de salud bucal; identifiquen la práctica actual, los obstáculos (en caso de que existan), las posibles estrategias, los participantes claves y el horario de actividades.

En la lista a continuación hay algunas prácticas de salud bucal recomendadas. Revise las prácticas y elija al menos tres actividades que a usted le gustaría implementar. En las columnas correspondientes, indique los obstáculos, las estrategias, los nombres de las personas que puedan ayudar y cuándo pueden hacerlo. Forme pequeños grupos de 3 a 5 personas y comparta sus ideas con el grupo.

Área de salud bucal	Ejemplo de una práctica en su centro	¿Obstáculos?	¿Estrategias?	¿Quién puede hacer esto?	¿Para cuándo?
Ejemplo: Limpiar la boca del bebé con un pedazo de tela limpio o con una gasa desechable	¡No hay tiempo para limpiar la boca de cada bebé después de alimentarlo!	Tiempo y el tener un pedazo de tela limpio o gasa desechable para cada bebé	Coloque las gasas o pedazos de tela en un lugar conveniente. Pida a los padres que le dejen varias toallitas suaves y marcadas con el nombre del bebé.	Personal, padres	Escriba el mes y el año
CÓMO CRECEN LOS DIENTES [Desarrollo bucal] Dar un juguete que tranquilice y alivie el dolor					
MANTENER LOS DIENTES SANOS Y FUERTES [Higiene] Colocar espacios separados entre sí para colocar los cepillos de dientes					
COMER SANAMENTE [Dieta y nutrición] Brindar alimentos saludables, tales como: vegetales crocantes o quesos en vez de alimentos azucarados o pegajosos					
TODO SOBRE CHUPAR [Hábitos bucales] Desmotivar a los niños de 4 años de edad o mayores que tengan una fuerte costumbre de chupar. Hablar con los padres.					
¿POR QUÉ ES IMPORTANTE EL FLÚOR? [Fluorización] Utilizar dentífrico y/o enjuague fluorados					
¡AY! [Prevención de lesiones] Siempre haga que el niño se siente en un asiento de seguridad cuando esté en un auto y asegúrese de que el asiento esté instalado apropiadamente en el vehículo.					

SECCIÓN 4

Fuentes de consulta

ORGANIZACIONES Y FUENTES DE CONSULTA ESTATALES Y NACIONALES

CALIFORNIA SOCIETY OF PEDIATRIC DENTISTRY

No todas las fuentes de consulta citadas en esta lista tienen información en español.

Organización Sitios de Internet y correos electrónicos	Teléfono	Descripción Temas y comentarios de salud bucal
<p>American Academy of Pediatric Dentistry (AAPD) www.aapd.org</p> <p>Folleto informativo para padres: www.aapd.org/pediatricinformation/brochurelist.asp</p> <p>Evaluación de riesgo de caries (CAT) www.aapd.org/media/Policiés_Guidelines/RS_CAT.pdf</p>	312-337-2169	<p>Asociación profesional que representa a los especialistas en pediatría dental.</p> <p>Folleto para padres en Internet. Catálogo virtual para la salud bucal de bebés, equipo de evaluación, videos, diapositivas, etc.</p>
<p>American Academy of Pediatrics www.aap.org/commpeps/dochs/oralhealth/resources.cfm</p> <p>Descripción: extensa lista de fuentes de consulta por Internet y de fácil acceso para la comunidad de profesionales pediátricos.</p>	847-434-4000	<p>Asociación profesional de pediatras que dedica sus esfuerzos y recursos para lograr una óptima salud física, mental y social y bienestar para todos los bebés, niños, adolescentes y adultos jóvenes.</p> <p>El sitio de Internet cuenta con información sobre la salud bucal para los padres.</p>
<p>American Dental Association (ADA) www.ada.org</p> <p>dirección electrónica: publicinfo@ada.org</p>	312-440-2500	<p>Asociación profesional de dentistas que lidera la profesión unificada con iniciativas de representación, educación, investigación y el establecimiento de estándares.</p> <p>Folleto para padres, cosas para niños en el sitio de Internet.</p>
<p>California Childcare Health Program (CCHP) www.ucsfchildcarehealth.org</p> <p>Apuntes y hojas de información sobre salud y seguridad http://ucsfchildcarehealth.org/html/pandr/pandrmain.htm</p> <p>dirección electrónica: cchp@ucsfchildcarehealth.org</p>	<p>510-281-7913 800-333-3212 Línea de salud</p>	<p>Programa de la Escuela de Enfermería en San Francisco de la Universidad de California que ofrece capacitación de personal, materiales educativos para padres, ayuda telefónica y en la red para los proveedores de cuidado de niños de California. Materiales prácticos y basados en investigación para cualquier persona en el campo del cuidado infantil. La mayoría de los artículos educativos están en español.</p>
<p>Child Health & Disability Prevention Program (CHDP) www.dhs.ca.gov/pcfh/cms/chdp</p>	No corresponde	<p>Direcciones, números de teléfono y fax de las oficinas de todos los condados en California</p>

<p>California Dental Association Foundation www.cdafoundation.org</p> <p>Lista de artículos: www.cda.org/articles</p> <p>dirección electrónica: foundationinfo@cda.org</p>	<p>916-443-3382, extensión 8051</p>	<p>Organización a nivel estatal sin fines de lucro que: promueve la salud bucal mediante la producción de programas que aumentan el acceso para poder recibir servicios de cuidado de la salud; hace progresar las políticas de investigación de la salud y construye una fuerza laboral sostenible en el área de salud bucal.</p>
<p>California Department of Health Services, Office of Oral Health www.dhs.ca.gov/oralhealth</p> <p>dirección electrónica: oralhealth@dhs.ca.gov</p>	<p>916-552-9896</p>	<p>Organización gubernamental del estado de California que promueve, asegura y protege la salud bucal de los californianos a través de esfuerzos organizados de la comunidad. El sitio de Internet ofrece artículos científicos y listas de fuentes de consulta sobre la fluorización del agua de la comunidad.</p>
<p>Centers for Disease Control and Prevention (CDC) Oral Health Resources www.cdc.gov/OralHealth/index.htm</p> <p>dirección electrónica: haga clic en "contact us" en la red</p>	<p>770-488-6054</p>	<p>EDE es una agencia federal líder en proteger la salud y seguridad de la gente brindando información para mejorar las decisiones sobre la salud.</p>
<p>Dental Health Foundation www.dentalhealthfoundation.org/topics/children</p> <p>dirección electrónica: info@tdhf.org</p>	<p>510-663-3727</p>	<p>Organización sin fines de lucro que trabaja a través de asociaciones de la comunidad para promover la salud bucal para todos, con su liderazgo en defensa, educación y desarrollo de políticas públicas y promoción de estrategias de base comunitaria.</p>
<p>First Smiles Project www.first5oralhealth.org</p>	<p>510-663-3727 Dental Health Foundation 800-736-8702 California Dental Association Foundation</p>	<p>Como parte de los esfuerzos del programa First 5 California para promover la salud bucal, este sitio de Internet ofrece una sección separada para cada grupo: profesionales odontólogos, médicos, educadores y padres y personas a cargo de niños en la primera infancia.</p>
<p>Hispanic Dental Association (HDA) www.hdassoc.org</p> <p>dirección electrónica: HispanicDental@hdassoc.org</p>	<p>800-852-7921 Teléfono para los miembros 217-793-0035 Teléfono local</p>	<p>HDA promueve la salud bucal de la comunidad hispana a través de mejoras en prevención, tratamiento y educación. Promulga información tanto a los profesionales odontólogos hispanos como a la comunidad en general.</p>
<p>National Center for Fluoridation Policy and Research (NCFPR) http://fluoride.oralhealth.org</p> <p>dirección electrónica: ncfr2003@yahoo.com</p>	<p>No corresponde</p>	<p>NCFPR sirve como depósito central de información con respecto a todos los aspectos de la fluorización del agua de la comunidad.</p>

<p>National Dental Association (NDA) www.ndaonline.org dirección electrónica: admin@ndaonline.org</p>	<p>202-588-1697 Teléfono 202-588-1244 Fax</p>	<p>Representa a los dentistas afro-americanos en EEUU y en el extranjero. Promueve la salud Pública de EEUU a través del compromiso de sus miembros dentistas de brindar servicios de calidad para el cuidado de la salud bucal y accesibles para todos.</p>
<p>National Maternal and Child Oral Health Resource Center (OHRC) Depósito nacional de programas educativos sobre salud bucal www.mchoralhealth.org/knwpathoralhealth.html</p>	<p>No corresponde</p>	<p>OHRC es un “almacén” completo sobre los estándares, directrices, programas curriculares y materiales educativos para profesionales y consumidores de servicios de salud bucal.</p>
<p>Nemours Foundation—Kids Health Información sobre salud bucal: www.kidshealth.org/parent/general/teeth/healthy.html dirección electrónica: izenberg@KidsHealth.org</p>	<p>No corresponde</p>	<p>Este sitio brinda información actualizada y con un lenguaje fácil de entender para padres, niños y adolescentes</p>
<p>Share the Care Haga clic en “resources”: www.sharethecaredental.org También vea los enlaces a otros sitios de Internet útiles tales como: San Diego County Dental Disease Prevention Program www.sdcoe.k12.ca.us/smiles</p>	<p>No corresponde</p>	<p>Una asociación con base en San Diego que forma parte de la Agencia de Salud y Servicios Humanos, la Sociedad Odontológica y la Coalición de Salud Odontológica del condado. Ofrece una amplia gama de formularios útiles y materiales educativos para profesionales, padres y niños de edad escolar. En inglés y español.</p>
<p>Oral Health America www.oralhealthamerica.org</p>	<p>312-836-9900</p>	<p>Desarrolla, implementa y presenta programas educacionales y servicios diseñados para informar sobre la importancia que la salud bucal tiene en la salud total.</p>
<p>University of Washington Video de 4 minutos de duración de Levante el Labio y afiches en inglés, español y ruso Formulario para hacer un pedido: www.dental.washington.edu/conted/store/video.htm#lip</p>	<p>206-543-5448</p>	<p>El video y los afiches descriptivos muestran a los padres y el personal de WIC cómo pueden revisar si los bebés lactantes y en edad de aprender a caminar tienen caries ocasionadas por el biberón.</p>
<p>USDA “Nibbles for Health” www.fns.usda.gov/tn/Resources/nibbles.html Boletines informativos para padres y proveedores que se pueden bajar como archivos PDF.</p>	<p>Comuníquese con su oficina de USDA local.</p>	<p>Un equipo que ofrece 3 “sesiones de análisis,” boletines informativos y afiches sobre la nutrición. El programa está destinado al personal de centros de cuidado de niños y padres cuyos niños pequeños asisten a los centros. Los materiales son fáciles de leer y algunos están en español.</p>

FUENTES DE CONSULTA SOBRE LA SALUD BUCAL EN LA RED

Hay una gran cantidad de entrenamientos y fuentes de consulta sobre la salud bucal en la red. En esta sección hemos incluido enlaces que pueden serle de utilidad. Si bien, la lista es larga, debe ser considerada como un punto de partida y no una lista que abarca todo.

Cuando uno obtiene información de la red, es importante recordar que antes de que se publique un sitio de Internet, nadie exige una revisión formal del material. Es razonable pensar que la información publicada bajo los auspicios de una organización profesional, escuela de medicina o médico acreditado, es confiable por las reputaciones que están en juego. Sin embargo, a menudo sucede que no queda claro de dónde proviene la verdadera fuente de información y no existe un mecanismo de aprobación por parte de organizaciones tales como la American Academy of Pediatrics. Por favor, recuerde que la información que aparece en la Internet no es precisa simplemente por el sólo hecho de estar publicada en la red.

Materiales y cursos de capacitación sobre salud bucal

Manual para profesionales de odontología: Acceso a servicios odontológicos para bebés y niños, conocido en inglés con la sigla ABCD

Desarrollado por la Escuela de Odontología de la Universidad de Washington, esta guía es para clínicas que intentan implementar prevención e intervención temprana en las terapias bucales para los bebés y niños en edad de aprender caminar. Sitio de Internet: www.dental.washington.edu/pedo/AllPages/abcd.htm.

Futuros brillantes en práctica: Salud bucal

Esta guía está diseñada para ayudar a los profesionales de la salud a implementar directrices específicas sobre la salud bucal durante la infancia, la niñez y la adolescencia.

Sitio de Internet: www.brightfutures.org/oralhealth/pdf/index.html.

Caries en los niños pequeños: una perspectiva médica y odontológica

Este programa interactivo incluye preguntas con respuestas de múltiple elección y verdadero o falso que brindan un resultado inmediato para permitirle a la persona evaluar su conocimiento sobre los temas presentados. Sitio de Internet: www.pc.maricopa.edu/dental/ecc/preview/docs/text.htm.

Curso de capacitación sobre salud bucal de First Smiles

First Smiles es una iniciativa en el estado de California para tratar la “epidemia de silencio” de las caries en la primera infancia que afecta a los niños de 0 a 5 años de edad. El proyecto está dedicado a brindar educación y capacitación sobre la prevención de las caries en niños pequeños. Esta iniciativa está destinada a los educadores de los niños pequeños, como así también a los padres, incluyendo a aquellos con discapacidades y otras necesidades especiales. Para obtener información adicional como el calendario de capacitación o copias de los materiales curriculares,

visite www.first5oralhealth.org o comuníquese con las siguientes agencias asociadas:

Programas del Cuidado de la Salud Infantil de California: www.ucsfchildcarehealth.org

Asociación Head Start de California: www.caheadstart.org

Asociación WIC de California (CWA): www.calwic.org

Dientes felices

Este sitio virtual viene del condado Whatcom del estado de Washington e incluye panfletos de los médicos que describen los aspectos claves del proceso de las caries. El folleto contiene una lista de fuentes de consulta. Sitio virtual: www.happyteeth.org.

Guía para el profesional de la salud sobre el manejo de la salud bucal pediátrica

Este programa brinda una serie de 7 módulos virtuales independientes diseñados a ayudar a los profesionales de la salud a controlar la salud bucal de bebés y niños pequeños. Sitio virtual: www.mchoralhealth.org/PediatricOH/index.htm.

Proyecto de educación de salud bucal para médicos: New Hampshire 2002–2005

Esta fuente de consulta describe un proyecto para educar a los médicos e higienistas dentales sobre las caries dentales de los bebés y niños menores de 3 años. Entre sus materiales, tiene formularios específicos según la edad y apuntes tales como cuestionarios, formularios de evaluación y recomendación y protocolos. Sitio virtual: www.mchoralhealth.org/PDFs/MedicalProvOHEd.pdf.

Centro de consulta nacional sobre la salud bucal materna y del niño

El Centro de Consulta Nacional sobre la Salud Bucal Materna y del Niño contiene una variedad de información para individuos que trabajan en el campo de la salud bucal. Este sitio contiene una base de datos de programas de salud bucal, el cual se usa para recopilar y brindar información de comunicación y programas para los que trabajan en el campo de la salud bucal. Además, hay un archivo en formato PDF de su libro de fuentes de consulta de 2003. Sitio virtual: www.mchoralhealth.org.

Departamento de Salud Bucal de Nebraska

El departamento de Salud de Regulación y Licencias de Nebraska desarrolló sitios en la red para ayudar a promover la importancia de la salud bucal. En las páginas virtuales encontrará materiales de educación odontológica gratuitos, la presentación de un orador, información sobre el flúor, materiales de evaluación odontológica, informes y más. Sitio virtual: www.hhs.state.ne.us/dental.

Abra bien: Capacitación de salud bucal para los profesionales de la salud

Una serie de 4 módulos virtuales independientes diseñados para ayudar a los profesionales de la salud y profesionales que trabajan con niños pequeños en sitios de la comunidad, por ejemplo: personal de Head Start y de WIC, a promover la salud bucal cuando promueven la salud general

para bebés, niños y sus familias. Este programa ofrece información para los profesionales de la salud y de servicios para niños pequeños, para ayudarles a prevenir las caries dentales; las que continúan afectando a muchos niños en los Estados Unidos; especialmente a niños de familias de bajos recursos, niños en ciertos grupos minoritarios y niños con necesidades especiales de cuidado de la salud. Sitio virtual: www.mchoralhealth.org/OpenWide/index.htm.

Salud bucal para los médicos de cabecera

Este programa educativo de la Asociación Society of Teachers of Family Medicine, ofrece objetivos y metas de capacitación para los médicos de cabecera en el área de salud bucal. El programa educativo está a cargo de ACGME Competencias. Sitio virtual: http://fammed.musc.edu/fmc/data/Oral_Health.htm.

Información sobre salud bucal

La asociación de higienistas dentales: American Dental Hygienist Association, ha compilado una serie de apuntes de información sobre la salud bucal que los profesionales de la salud pueden dar a sus pacientes. Se encuentran temas tales como: consejos para mejorar la salud bucal de los niños y adolescentes, nutrición, flúor y cómo elegir un dentista. Sitio virtual: www.adha.org/oralhealth/index.html.

Programa curricular virtual de salud bucal de la Universidad de Connecticut

El sitio de la red sobre la Salud Bucal del Centro de Salud UConn está diseñado para mejorar la salud bucal de los bebés y los niños a través de mejoras en la educación sobre salud bucal efectiva para médicos, médicos residentes y alumnos de medicina. Sitio virtual: <http://oralhealth.uchc.edu>.

Planes de clase de WIC

El Departamento de Salud Bucal de Maryland desarrolló una serie de planes de clase para ser usado por los instructores en el Programa de Nutrición Especial Suplementaria para Mujeres, Bebés y Niños (conocido en inglés con la sigla WIC). Estos planes presentan a las madres el tema de una salud bucal adecuada para sus hijos, buena nutrición para la salud bucal, la primera visita de sus hijos al dentista y salud bucal para mujeres embarazadas. Sitio virtual: www.fha.state.md.us/oralhealth/html/wicplan.html.

MATERIALES EDUCATIVOS PARA PEDIATRAS Y OTROS PROFESIONALES A CARGO DE LA SALUD DE LOS NIÑOS

Evaluación de riesgos de la salud bucal: Capacitación para pediatras y otros profesionales, a cargo de la salud de los niños realizado por la Academia Americana de Pediatría en 2005. Este material es una carpeta de tamaño de 5 x 8 pulgadas, con algunas hojas y un CD. El CD tiene una presentación en Power Point. www.aap.org/commpeds/ochs/oralhealth/screening.cfm.

MATERIALES EDUCATIVOS PARA NIÑOS

Ejemplos de libros en inglés:

<i>Brush Your Teeth Please</i> por Leslie McGuire	ISBN 0-89577-474-7
<i>Brushing Well</i> por Helen Frost	ISBN 0-7368-0112-X
<i>Dragon Teeth and Parrot Beaks</i> por Almute Grohmann	ISBN 0-86715-339-3
<i>Food for Healthy Teeth</i> por Helen Frost	ISBN 0-7368-0113-8
<i>Food! Sesame Street Elmo's World</i> por John Barrett, et al.	ISBN 0-375-80573-7
<i>Freddie Visits the Dentist</i> por Nicola Smee	ISBN 0-7641-1581-2
<i>Going to the Dentist (Usborne First Experiences)</i> por Anne Civardi	ISBN 0-7460-41195
<i>Going to the Dentist</i> por Helen Frost	ISBN 0-7360-0114-6
<i>How Many Teeth?</i> por Paul Showers	ISBN 0-06-445098-8 (tapa blanda)
<i>I Know Why I Brush Teeth My Teeth</i> por Kate Rowan	ISBN 0-439-13568-0
<i>Just Going to the Dentist</i> por Mercer Mayer	ISBN 0-307-12583-1
<i>Make Way for Tooth Decay</i> por Bobbi Katz	ISBN 0-590-52290-6
<i>Open Wide: Tooth School Inside</i> por Laurie Keller	ISBN 0-8050-6192-4
<i>Those Icky Sticky Smelly Cavity-Causing but—Invisible Germs</i> por Judith Anne Rice	ISBN 1-88484-30-2 (en inglés y español)
<i>Tooth Decay & Cavities</i> por A. Silverstein et. al.	ISBN 0-531-16412-8 (tapa blanda)
<i>Tooth Decay & Cavities</i> por A. Silverstein et. al.	ISBN 0-613-31827-7 (tapa dura)
<i>A Visit to the Dentist</i> por Eleanor Fremont	ISBN 0-689-84632-0
<i>Your Teeth</i> por Helen Frost	ISBN 0-7368-0115-4

Materiales audiovisuales:

The adventures of Wiggly Tooth, 1991 (13 minutos) y *Dr. Rabbit's World Tour*, 1998 (13 minutos)
Videos para niños en formato VHS producidos por la Compañía Colgate-Palmolive

A Trip to the Dentist—Pinatta's View, 2000

Video en formato VHS de 30 minutos de duración para niños en edad pre-escolar. Producido por Boggle-Goggle Enterprises, disponible en www.pinatta.com. Es un video de ritmo lento, repetitivo y puede ser interesante para niños pequeños.

MODELOS DE DIENTES, MATERIALES SOBRE NUTRICIÓN, PORTACEPILLOS Y OTROS IMPLEMENTOS DE SALUD BUCAL

Kaplan Early Learning Company: 800-334-2014, www.kaplanco.com

Lakeshore Learning Company: 800-428-4414, www.lakeshorelearning.com

Latsa Company: 888-805-2872 ó 8888-80-LATSA, www.latsa.com

MATERIALES EDUCATIVOS PARA PADRES, CONSULTORES Y PROVEEDORES DE CUIDADO DE NIÑOS

Libros:

- Healthy Snacks-Low Fat, Low Sugar, Low Salt* por Susan Hodges ISBN 0-911019-63-4
- Meet Your Teeth* (clases de odontología para niños de 1^{er} a 4^{to} grado)
por Linda Schwartz ISBN0-88160-274-4
- Your Child's Dental Health: Womb to Wisdom Teeth* por Joleen Jackson, et. al ISBN 0967485118

Materiales audiovisuales:

ABCs of Infant Oral Health (El abc de la salud bucal de los bebés)

Este kit incluye un video educativo, un póster laminado (8 X 11), formularios de evaluación de riesgo, formularios de información para padres, tarjeta de guía de previsión y otros materiales. El costo de \$175 para personas que no son miembros, hace que estos materiales sean más apropiados para consultores de cuidado de la salud infantil, para que los usen con los proveedores del cuidado de niños y padres. American Academy of Pediatric Dentistry, www.aapd.org

Baby Bottle Tooth Decay (Caries causadas por el biberón)

23 diapositivas con texto sobre las caries dentales causadas por el biberón de la academia American Academy of Pediatric Dentistry, www.aapd.org; tenga en cuenta que el texto no siempre está sincronizado con las diapositivas.

Easy Steps to Oral Health, 2002 (Pasos simples para lograr una buena salud bucal)

Programa en formato DVD de 30 minutos de duración, dividido en 3 segmentos para padres y el público en general. Los puede conseguir de la fundación California Dental Association Foundation (conocida en inglés por sus siglas CDA), www.cdafoundation.org; excelente perspectiva general de temas sobre bebés y niños en edad pre-escolar. Versión en inglés y español en el mismo DVD.

Healthy Smiles for Children with Special Needs, 2002 (Sonrisas saludables para niños con necesidades especiales)

Video en formato VHS de 14 minutos de duración para padres y personas a cargo del cuidado de niños con necesidades especiales. Ofrecido por la academia American Academy of Pediatric Dentistry: www.aapd.org; técnicas y enfoques útiles en niños con necesidades especiales para profesionales y padres.

"Lift the Lip," 1993 (Levantar el labio)

Video sobre la práctica de levantar el labio en formato VHS de 4 minutos de duración para padres y personas a cargo del cuidado de bebés y niños en edad de aprender a caminar. Trae afiches. El video viene en inglés, español y ruso y los puede encargar en la Escuela Dentistry Continuing Education, de la Universidad de Washington. Teléfono: 206.543.5448, fax 206.543.6465

SECCIÓN 8

Apéndices

APÉNDICE 1

Instrumento de evaluación de riesgo de caries (conocido en inglés por la sigla CAT)

Para ayudar a identificar el nivel de riesgo de caries y otros problemas de salud bucal en los niños. Este instrumento ha sido modificado para ser usado por Consultores del Cuidado de la Salud de los Niños (conocidos en inglés por la sigla CCHC)

La American Academy of Pediatric Dentistry, desarrolló este instrumento (AAPD, 2002) y “...motiva tanto a los proveedores de servicios de cuidado de salud bucal y no bucal a utilizar el CAT en el cuidado de bebés, niños y adolescentes.”

- El CAT determina la clasificación del niño por su categoría de riesgo **MÁS ALTO**, que significa que la presencia de siquiera un sólo indicador de riesgo en la categoría de alto riesgo es suficiente como para clasificar al niño en esta categoría. Por lo tanto, un niño que sea clasificado como bajo riesgo, no tendría NINGÚN indicador de riesgo moderado o alto.
- El CAT debe ser usado periódicamente debido a que la condición de riesgo del niño puede cambiar con el tiempo.
- El CAT no ofrece un diagnóstico; es un instrumento para ayudar al CCHC a realizar recomendaciones a los padres.

GLOSARIO:

CCHC: Consultores del cuidado de la salud de los niños

CCHA: Defensores del cuidado de la salud de los niños

CCF: Establecimiento del cuidado de niños

SES: Estatus socioeconómico de medio a alto

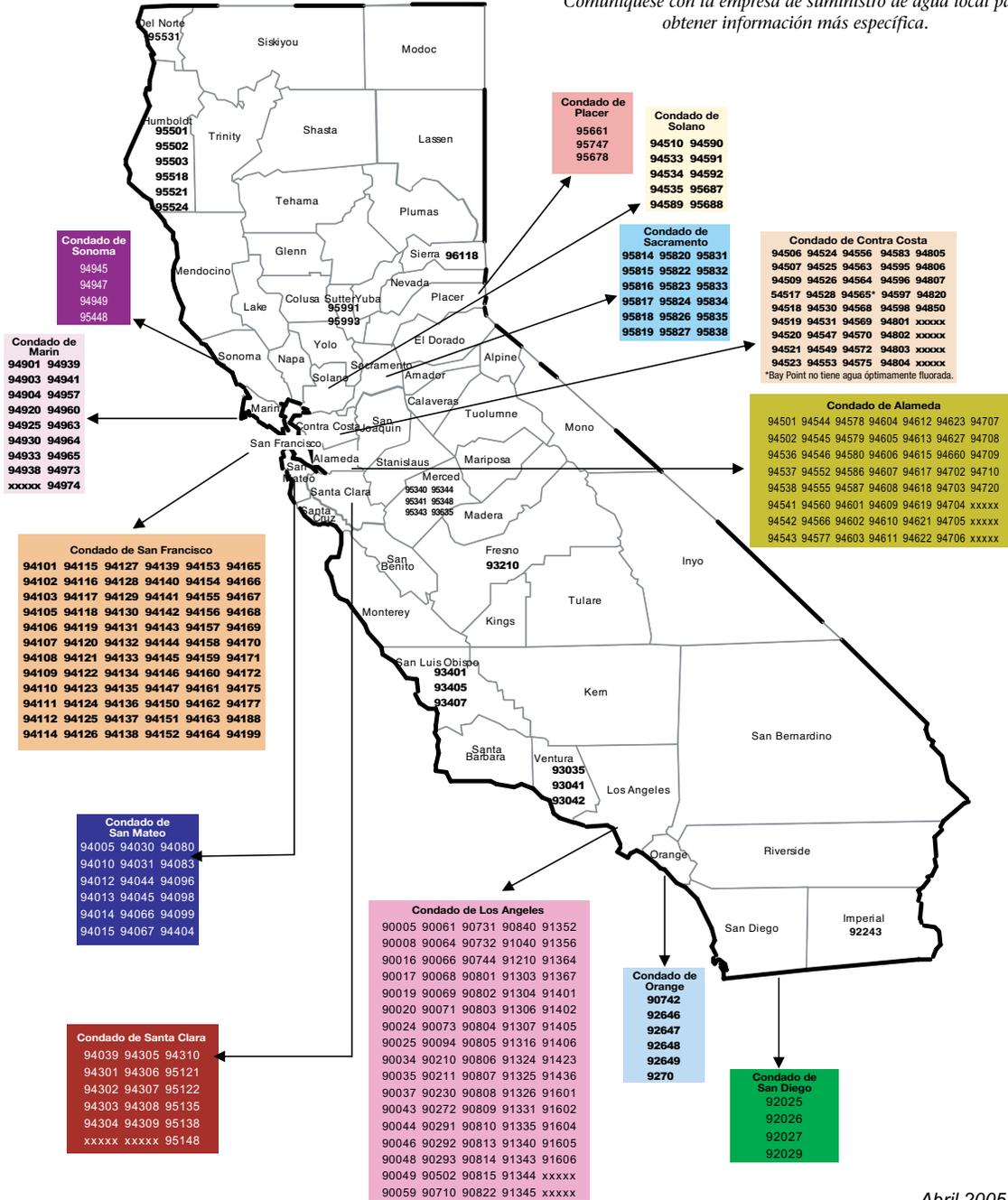
Alimentos pro-caries: alimentos que son considerados como promotores de las caries, por ejemplo: que contienen una proporción mayor de azúcares simples.

Indicador	Bajo riesgo	Riesgo moderado	Alto riesgo
Condiciones clínicas	No tuvo caries en los últimos 24 meses No tiene manchas blancas (desmineralización del esmalte de los dientes) No tiene placas visibles, las encías no están hinchadas	Tuvo caries en los últimos 24 meses Tiene una mancha blanca Encías hinchadas (gingivitis)	Tuvo caries en los últimos 12 meses Tiene más de una mancha blanca Placas visibles en la cara delantera de los dientes Marcas en la superficie del esmalte
Características ambientales	El agua corriente es fluorada Se consumen en su mayoría alimentos pro-caries durante las horas para comer en el Establecimiento de Cuidado de Niños (CCF) Los padres o personas a cuidado del niño tienen un estatus socioeconómico de medio a alto (SES) Si el niño tiene más de 1 año de edad, tiene un “hogar con conciencia odontológica”(y va al dentista de forma regular)	El agua corriente no es fluorada, pero el niño usa productos fluorados en el CCF Se consumen alimentos pro-caries 1 o 2 veces fuera del horario para comer en el CCF Los padres tienen un SES moderado; por ejemplo, el niño reúne los requisitos para recibir en la escuela almuerzo gratis o de precio reducido Hogar sin conciencia odontológica	El agua corriente no es fluorada, y el niño no usa productos fluorados en el CCF Se consumen alimentos pro-caries 3 o más veces en el CCF Los padres tienen un SES bajo; por ejemplo, el niño reúne los requisitos para recibir Medi-Cal Hogar sin conciencia odontológica
Condiciones generales de salud			El niño tiene necesidades especiales en cuanto al cuidado de su salud ¹ El niño produce saliva de forma excesiva o deficiente

¹Algunos ejemplos de necesidades especiales del cuidado de la salud son: condiciones crónicas físicas, de desarrollo, de comportamiento o emocionales que requieren servicios de salud u otros servicios relacionados que van más allá de los que un niño generalmente saludable necesita.

**Zonas que están óptimamente fluoradas,
organizadas por código postal**

*Esta es una guía general y no incluye zonas naturalmente fluoradas.
Comuníquese con la empresa de suministro de agua local para
obtener información más específica.*



Recuerde:

- Los adultos pueden pasar los gérmenes que causan las caries. No ponga nada en la boca de su hijo si lo tuvo en la boca de usted.
- Los niños deben ver a un dentista cuando cumplan su primer año.
- Cepille sus dientes y los de su hijo con pasta de dientes con fluoruro, en la mañana y justo antes de dormir.
- Los niños necesitan que los adultos les ayuden a cepillarse los dientes hasta los 8 años de edad.
- Limite la frecuencia con la que su hijo toma jugo o coma dulces y bocadillos.



¡Es importante asegurarse de que los dientes de su hijo se mantengan saludables!

Si su hijo tiene seguro Medi-Cal, Healthy Families o Healthy Kids, también tiene cobertura para los servicios dentales.

Los siguientes pasos para cuidar los dientes de su hijo.

Cita con el dentista
 Fecha: _____
 Nombre del dentista: _____
 Teléfono: _____

Aplique barniz con fluoruro
 Fecha: _____

Si desea más información, visite o llame:

12345 first smiles
www.first5oralhealth.org

dhf
 (510) 663-3727



(800) 736-8702

Financiamiento de



1 2 3 4 5 first smiles

Los dientes sanos empiezan desde el nacimiento.

www.first5oralhealth.org

Los dientes de leche son muy importantes.

Los niños necesitan los dientes para sonreír, hablar y comer. Las mamás, papás y otros encargados de cuidarlos tienen que ayudarles a cuidarse los dientes.

Cosas que puede hacer en casa:

Antes de que su bebé tenga dientes, límpiele las encías suavemente con una tela limpia y húmeda después de cada alimentación. No lo acueste para dormir la siesta o en la noche con un biberón o taza infantil, a menos que sólo tenga agua.

Tan pronto como aparezca el primer diente, comience a cepillarle los dientes usando una pasta de dientes con fluoruro, en la mañana y antes de dormir. El fluoruro es un mineral que protege los dientes.



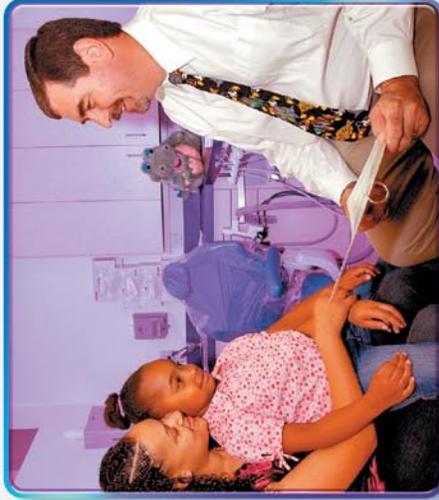
Coloque una pequeña cantidad de pasta de dientes (del tamaño de un chícharo) en un pequeño cepillo suave. Limpie el exceso de pasta hasta que el niño la pueda escupir.

Para evitar que se pasen los gérmenes que puedan causar caries, no ponga nada en la boca del niño si lo tuvo en la boca de usted. No comparta cucharas, tazas, cepillos de dientes, etc.

Los adultos pueden masticar chicle sin azúcar con xilitol justo después de comer, para ayudar a no pasar los gérmenes a sus hijos.

Cosas que pueden hacer los proveedores dentales y médicos:

Los dentistas, médicos y otros proveedores de atención de la salud también cuidan los dientes de los niños.



Lleve a su bebé al dentista cuando cumpla su primer año.

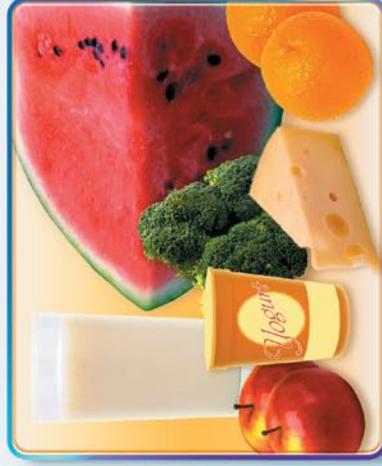
Hable con el médico o dentista sobre poner barniz con fluoruro en los dientes del niño. Es otra excelente manera de protegerlos de las caries.

Usted y su hijo deben ir al dentista con regularidad, con la frecuencia que le recomiende el dentista. ¡Los dientes de los padres también son importantes!

Lo que su hijo come y la frecuencia con que come afecta sus dientes.

Los refrescos, las bebidas dulces, los caramelos y otros dulces pueden causar caries que duelen.

Los bocadillos como queso, yogurt, frutas y verduras son mejores para los dientes del niño que las papas fritas, galletas o cereal.



Se recomienda agregar una cantidad de agua equivalente a la del jugo de fruta.

Después de que el niño coma dulces, papas fritas, galletas o jugo, debe cepillarle los dientes o enjuagárselos con agua.

APÉNDICE 4

Cuestionario y evaluación

Estimado participante del curso de capacitación: Por favor complete este breve cuestionario al final del curso sobre salud bucal del día de hoy. Conteste cada pregunta lo mejor que pueda. Antes de retirarse, devuelva este formulario completado al instructor. Gracias.

1. ¿Hasta qué punto está de acuerdo usted con las siguientes afirmaciones sobre el curso de capacitación de salud bucal en el que usted ha participado?

	Muy de acuerdo	De acuerdo	No muy de acuerdo o en desacuerdo	En total desacuerdo
a) El contenido del curso fue pertinente para mí y mis colegas	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
b) Aprendí información y destrezas nuevas para mí	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
c) Me enteré sobre fuentes de consulta útiles en la comunidad	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
d) Los materiales del curso me serán útiles en mi trabajo	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
e) Puedo usar lo que aprendí cuando realice actividades para educar a los padres	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
f) [Sólo para educadores de niños en edad preescolar] Puedo usar lo que aprendí cuando realice actividades en la clase con los niños	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

2. Como resultado de este curso de capacitación, cuánto cree usted que aumentó sus destrezas en:
[Marque solo un casillero en cada línea]

	Mucho	Cantidad moderada	Muy poco	Muy poco porque ya tengo esa destreza
a) Reconocer signos y síntomas de problemas de salud bucal	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
b) Brindar a los padres actividades de educación de salud bucal con demostraciones	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
c) Decidir si el niño necesita ser derivado a un dentista	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
d) Aprende cómo cepillar los dientes de un niño pequeño	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

3. ¿Qué obstáculos prevé usted que puede haber para implementar las nuevas destrezas y conocimiento que aprendió en este curso? [Indique todas las que corresponda]

4. ¿Recomienda usted que los niños menores de 5 años reciban servicios del dentista, como práctica regular de su trabajo?

Sí, a veces

No (¿Por qué no?) _____

[Si su respuesta fue "No," no conteste las próximas 4 preguntas. Continúe con la pregunta 9, la parte de verdadero o falso]

APÉNDICE 4

5. ¿A qué edad normalmente recomienda usted que los niños pequeños reciban servicios del dentista?

[Marque con un círculo solo uno]: 1 2 3 4 5 6

6. ¿Con cuánta frecuencia considera usted los siguientes factores al recomendar que los niños menores de 5 años vayan al dentista?

	Casi siempre	Por lo general	A veces	Casi nunca
a) Disponibilidad de dentistas	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
b) Recursos económicos/seguro de la familia	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
c) Edad del niño	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

7. Cuando usted recomienda que un niño menor de 5 años vaya al dentista, ¿con cuánta frecuencia...

	Casi siempre	Por lo general	A veces	Casi nunca
a) le da el nombre de uno o varios dentistas a los padres o personas a cargo del niño?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
b) llama al consultorio de un dentista para realizar un cita para el niño?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
c) simplemente le dice a los padres o personas a cargo del niño que el niño necesita ir al dentista?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
d) lleva al niño al dentista o va con los a los padres o personas a cargo?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
e) [Sólo para educadores de niños en edad preescolar] habla del caso con otros especialistas del programa; por ejemplo: alguien del personal a cargo de la salud o de brindar apoyo a la familia?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

8. ¿Cómo es su experiencia en cuanto a encontrar a un dentista local para un niño menor de 5 años que...

	Extremadamente difícil	Difícil	Algo difícil	Para nada difícil	Nunca hice esto
a) tiene discapacidades o alguna otra necesidad especial?	<input type="checkbox"/>				
b) recibe pacientes de Medi-Cal?	<input type="checkbox"/>				
c) recibe pacientes de Healthy Families?	<input type="checkbox"/>				
d) no tiene seguro y necesita que se le deje pagar lo que pueda?	<input type="checkbox"/>				
e) va a necesitar anestesia durante el tratamiento?	<input type="checkbox"/>				

APÉNDICE 4

9. Basándose en lo que usted aprendió hoy, indique si la siguiente información es verdadera o falsa:

	Verdadero	Falso
a) La carie dental es una enfermedad infecciosa y contagiosa.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
b) La primera visita del bebé al dentista debe ocurrir dentro de los 6 meses desde que al bebé le salió el primer diente primario y no se debe dejar pasar de los 12 meses de edad.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
c) El barniz fluorado es una vacuna para la prevención de las caries.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
d) Los cepillos de dientes deben ser colocados de forma separada y no todos juntos en un vaso.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
e) Las mujeres embarazadas deben esperar para visitar al dentista o hacerse arreglar los dientes hasta después de que el bebé haya nacido.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
f) Amamantar al bebé de forma frecuente y prolongada durante la noche es un factor de riesgo relacionado con las caries a una corta edad.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
g) Según la última evaluación de necesidades de salud bucal a nivel estatal, un tercio de los niños de California en edad preescolar tienen caries dentales o dientes empastados.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Por favor, conteste las siguientes preguntas de múltiple elección:

10. ¿Cuándo pueden los niños cepillarse los dientes de forma eficaz y sin ayuda?

- Cuando comienzan el preescolar
- Cuando se pueden vestir solos
- Aproximadamente, a los 8 años de edad
- Cuando pueden bañarse o ducharse solos

11. ¿Qué tipos de meriendas (tentempiés) se debe motivar que consuman los niños pequeños?

- Alimentos tales como queso, fruta y yogurt
- Alimentos tales como pasas de uva y cilindros de fruta desecada
- Alimentos con endulzados artificialmente
- Los niños pequeños no necesitan comer meriendas (tentempiés) porque el comer fuera de hora evita que coman 3 comidas saludables al día

12. Según las encuestas nacionales, ¿cuál es la necesidad que menos se satisface en los niños con necesidades especiales en cuanto a servicios para el cuidado de la salud?

- Cuidado médico
- Cuidado odontológico
- Cuidado de la visión y anteojos
- Medicinas recetadas

APÉNDICE 4

Necesitamos la información a continuación para evaluar la validez de este proyecto y posiblemente realizar un seguimiento con usted en 6 meses:

Por favor escriba con claridad

Cargo en su trabajo que mejor describe su rol:

- Maestro(a) de Head Start
- Defensor de la Familia de Head Start
- Instructor de Head Start
- Trabajador que promueve las prestaciones de salud en la comunidad
- Nutricionista
- Asistente de nutricionista de WIC
- Enfermero(a) u otro profesional de la salud
- Profesional del cuidado y educación de niños pequeños
- Trabajador(a) social
- Otro [por favor especificar] _____

Su nombre: _____

Nombre de la agencia: _____

Código postal de la agencia: _____

Fax: _____

Correo electrónico: _____

Gracias por completar esta encuesta.

Antes de irse, por favor devuelva este formulario a la persona que dictó el curso.

Este estudio es realizado como parte del proyecto de Educación de la Salud Bucal y Capacitación de California First 5 y presentado por las fundaciones California Dental Association Foundation y Dental Health Foundation (conocida en inglés por la sigla DHF).

En caso de tener preguntas o comentarios, comuníquese con la Dra. Barbara Aved, evaluadora, en BARBARA AVED ASSOCIATES (916) 428-2847 ó con DHF al (510) 663-3727.