

## SALUD BUCAL PARA PÁRVULOS

Adaptado a los Ámbitos y Núcleos de Aprendizajes de las Bases Curriculares de la Educación Parvularia

















#### **AUTORES:**

**Dra. Alejandra García-Campo S.** Cirujano-Dentista. Asesora odontológica SEREMI de Salud Región de Valparaíso

Claudia Cuevas T. Nutricionista Regional. Fundación INTEGRA Región de Valparaíso

Solange Muñoz V. Nutricionista Supervisora JUNJI Región de Valparaíso

Jacqueline Barnato G. Educadora de párvulos Módulo Odontológico Simón Bolívar Viña del Mar

Sara Marín S. Educadora. Asesora de Participación Ciudadana SEREMI de Salud Región de Valparaíso

José Miguel Vergara D. Psicólogo. Coordinador Programa Salud Escolar JUNAEB Región de Valparaíso

**Dr. Jaime Jamett R.** Odontopediatra. Asesor Odontológico Servicio de Salud Valparaíso San Antonio. Presidente de la Sociedad de Odontopediatría de la V Región

#### **COLABORADORES:**

**Dra. Marie Therese Flores B.** Odontopediatra. Docente de Facultad de Odontología U. de Valparaíso Miembro de la Sociedad Chilena de Pediatría. Directora de Clínica Odontología Infantil (C. Vasca) Universidad de Valparaíso, Past President Asociación Internacional de Traumatología Dentaria (IADT)

**Dr. Juan Eduardo Onetto C.** Cirujano-Dentista. Especialista en Odontopediatría. Docente de Facultad de Odontología U. de Valparaíso, Miembro de la Sociedad de Odontopediatría

Teresa Bravo P. Educadora de párvulos Jardín Infantil Flipper JUNJI Región de Valparaíso

Gloria Jojot H. Educadora de párvulos Jardín Infantil Flipper JUNJI Región de Valparaíso

**Jeannette Salas S.** Educadora de párvulos. Directora Jardín Infantil Rayen Fundación INTEGRA Región de Valparaíso

**Loreto Barbieri DD.** Educadora de párvulos. Coordinador Técnico Departamento Educativo Fundación INTEGRA Región de Valparaíso

Maria Isabel Pérez R. Nutricionista. Coordinadora Regional Fundación INTEGRA Región de Valparaíso

#### TRABAJOS PRESENTADOS:

Educadoras y técnicos en Educación Parvularia participantes del Programa Piloto de Promoción y Prevención en Salud Bucal para Niños y Niñas Preescolares de JUNJI y Fundación INTEGRA Región de Valparaíso

SEREMI DE SALUD REGIÓN DE VALPARAÍSO Manual Metodológico: SALUD BUCAL PARA PÁRVULOS 1ª Edición Julio 2009



## Índice

Introducción	5
1 La boca y sus partes	7
2 Higiene bucal	15
3 Alimentación saludable	23
4 Control de malos hábitos	29
5 Prevención de traumatismo dentario	35
6 Mi dentista	41
7 Actividades para ser desarrolladas con las familias	49
Glosario de términos	60
Bibliografía	61





#### Introducción

La salud bucal es una de las condicionantes que favorece el bienestar de los niños y niñas, por lo tanto, enseñarle a los párvulos los factores protectores de la salud bucal es una inversión que les proporcionará beneficios toda la vida.

En nuestro país existe una alta prevalencia de problemas bucales en todos los grupos etáreos, que si bien, no son causa de muerte, afectan la calidad de vida de las personas, de ahí la relevancia de incorporar este tema en el trabajo educativo diario del lactante y párvulos.

A los 2 años de edad existe un 20% de niños y niñas de nuestro país con caries. Tan elevado porcentaje revela le falta de conocimiento sobre cuidados básicos del desarrollo normal de la dentición temporal o "de leche".

A los 4 años, el 50% de los niños y niñas ya presentan caries, aumentando esta patología a 70% en el grupo de 6 años. (Fuente: Ministerio de Salud, Departamento de Estadísticas e Información de Salud 2007).

La educación temprana es una de las formas más eficaces de contribuir a la formación de hábitos saludables y por ende prevenir este tipo de enfermedades, generando la adquisición de mejores aprendizajes y de interacción social de los niños y niñas con el entorno.

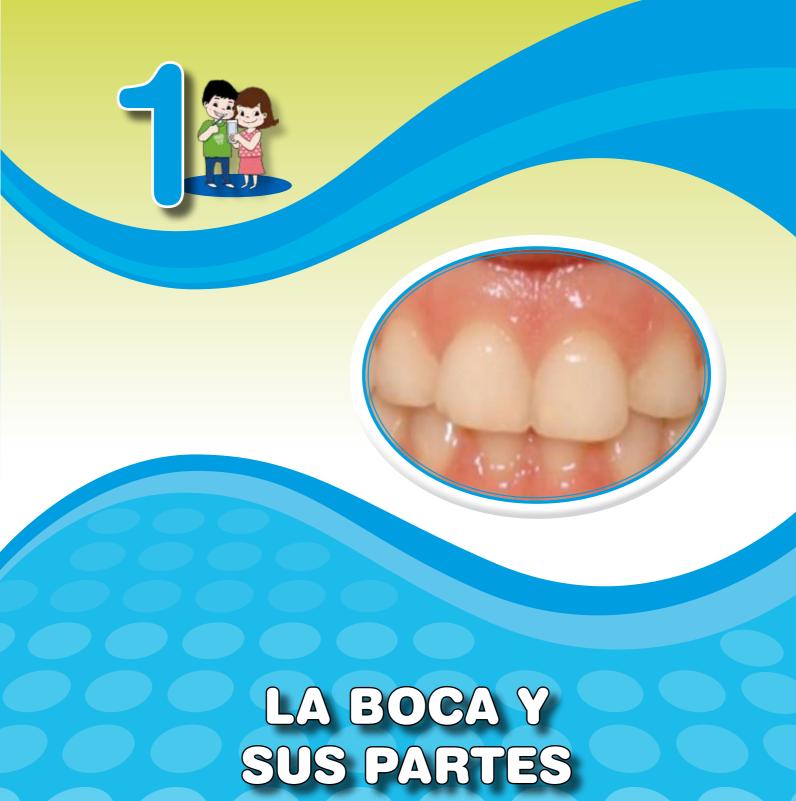
En este sentido el rol de las y los educadores de párvulos reviste una especial trascendencia al tener la oportunidad de contacto diario y directo con los niños, niñas y sus familias.

El presente manual metodológico toma como referencia las bases curriculares de la Educación Parvularia y está dirigido al Segundo Ciclo del nivel. No obstante, si se realizan adaptaciones curriculares pertinentes puede también ser utilizado en el Primer Ciclo.

Este material educativo ha sido confeccionado por un equipo multidisciplinario e intersectorial y tiene como propósito entregar herramientas metodológicas que faciliten la labor de los agentes educativos en la incorporación de la temática de salud bucal en la planificación pedagógica. En él se abordan algunos conceptos asociados a la salud bucal tales como: la boca y sus partes, higiene bucal, alimentación saludable, control de malos hábitos, prevención de traumatismo dentario, y la valoración del dentista como un profesional amigo de la salud oral; se entregan sugerencias de materiales didácticos para ser elaborados y trabajar con los párvulos y además se incorporan actividades para ser desarrolladas con las familias.











#### 1.- FUNDAMENTO TEÓRICO

#### La Boca

Cumple funciones sociales y de interacción con las personas. La boca y las estructuras que la forman, posibilitan los gestos, lenguaje, sonrisa y complementa la apariencia, además de funciones esenciales como respirar, hablar correctamente, masticar los alimentos y tragar.

La boca está formada por partes duras y blandas llamadas "tejidos".

Tejidos duros: dientes y huesos maxilares.
 Tejidos blandos: mejillas, labios, encía y lengua.

#### **Los Dientes**

Los dientes están formados por tres partes:

• Corona: es el tejido duro, blanco y brillante que se une a la encía.

• Raíz: es la parte del diente que está unida a la corona por debajo de la encía y

que no se ve. Permite el anclaje dentro del hueso o alvéolo dentario.

• Cuello: es la zona del diente que une la corona y la raíz.

El diente está formado por capas de tejidos que protegen al núcleo central que es la "pulpa" del diente. Desde afuera hacia dentro son:

• Esmalte: capa externa de la corona, tejido muy duro y el más calcificado de todo el

organismo. Está en contacto permanente con el medio bucal (saliva,

alimentos).

• Dentina: forma el cuerpo de todo el diente (corona y raíz), es más blando que el

esmalte. Tiene terminaciones nerviosas que le llegan desde la "pulpa", por

eso duele cuando se expone por fractura o caries.

• Pulpa: Formada por pequeñísimos vasos sanguíneos y nervios que le dan la

sensibilidad y la nutrición al diente.

• Cemento: capa externa de la raíz que protege la dentina. En él se sostienen fibras que

sujetan el diente al hueso.

#### Dientes temporales (primarios o de leche):

Comienzan su formación durante el embarazo de modo que cuando el bebé nace, los 20 dientes temporales en formación ya están en el espesor de los huesos maxilares, como también los esbozos de lo que serán más adelante los dientes permanentes o definitivos.

#### Los dientes temporales sirven para:

Masticar los alimentos, aprender a hablar pues ayudan en la formación de los sonidos, además de mantener el espacio para los dientes definitivos.

Los primeros dientes temporales aparecen en la boca aproximadamente a los 6 meses de vida, siguen una secuencia, hasta completarse la salida de los 20 dientes aproximadamente a los 2 años y medio de edad. (10 dientes en cada maxilar)

El recambio de los dientes comienza aproximadamente a los 6 años de edad.

Los primeros molares definitivos o permanentes, aparecen en la boca por detrás de los dientes temporales, de modo que no reemplazan a ningún diente temporal.

#### LOS DIENTES SALEN SANOS Y DEBEN PERMANECER SANOS.



#### 2.- ÁMBITO: FORMACIÓN PERSONAL Y SOCIAL

#### 3.- NÚCLEO: AUTONOMÍA

#### 4.- OBJETIVO GENERAL

Adquirir en forma gradual una autonomía que le permita valerse adecuada e
integralmente en su medio, a través del desarrollo de la confianza, de la conciencia y
creciente dominio de sus habilidades corporales, socioemocionales e intelectuales.

5.- CATEGORÍA: Motricidad y vida saludable/ Iniciativa y confianza.

#### 6.- APRENDIZAJE ESPERADO

- Reconocer progresivamente las posibilidades y características de su cuerpo para lograr la conciencia de su esquema corporal y definir su lateralidad, de modo ser crecientemente competente en su actuar.
- Manifestar progresiva independencia y responsabilidad en relación al cuidado de su cuerpo, de sí mismo y de sus pertenencias, de los demás y del medio ambiente.
- Distinguir aquellos alimentos que aportan mayores beneficios para su salud, adquiriendo conciencia de las características que estos deben tener para ser consumidos.

#### 7.- APRENDIZAJE ESPECÍFICO

- Distinguir las partes de la boca y sus funciones.
- Conocer la importancia que tiene la boca tanto como órgano de alimentación como de interacción social.
- Reconocer alimentos saludables

#### 8.- SUGERENCIAS DE EVALUACIÓN

- Escala de apreciación
- Registro abierto

#### 9.-MATERIAL EDUCATIVO SUGERIDO

a) "La boca didáctica" (JI Capullito JUNJI)





CONFECCIÓN: caja de cartón (80\*50\*50 cms.) forrada con papel kraft. En una de sus caras está pegada la cara de un niño (goma eva) con su boca abierta. Esta cara muestra los labios, encías, dientes, lengua y paladar duro. Los dientes y la lengua son desmontables y el paladar duro es movible dando lugar a una abertura al interior de la caja. En ambas caras laterales de la caja hay alimentos cariogénicos y saludables desmontables en goma eva.





#### SUGERENCIA DE SITUACIÓN DE APRENDIZAJE

- Mostrar las distintas partes de la boca y sus funciones. Que los niños y las niñas las identifiquen y nombren.
- Invitar a conversar acerca de las distintas partes de la boca y las funciones que cumple.
- Invitar a conversar sobre alimentos saludables y alimentos cariogénicos ¿Cuáles son los alimentos que debemos consumir?
- Invitar a traer alimentos saludables y/o alimentos cariogénicos (recortes, láminas, etc.). Comentar.
- Invitar a jugar a introducir alimentos saludables y alimentos cariogénicos en la boca, comentando su relación con la salud bucal.

#### b) "Cuidemos nuestra boca" (SC y JI Colmenita, Universidad de Playa Ancha, JUNJI)



CONFECCIÓN: tela osnaburgo, paño lency, goma eva, silicona. Pegar en la tela de osnaburgo imágenes de la boca y sus partes, identificando los distintos tipos de dientes.

#### SUGERENCIA DE SITUACIÓN DE APRENDIZAJE

- Conversación con los niños y las niñas sobre la salud bucal, resaltando características de los dientes, sus nombres y **cuidado.** 







CONFECCIÓN: trupán, témpera, push pins y plumones. Dibujar la boca sobre el trupán de base, identificando cada una de sus partes. Sobre otro trupán dibujar las partes desmontables de la boca y cortar.



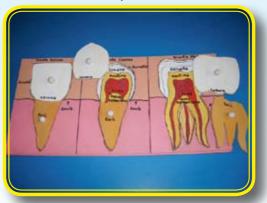


#### SUGERENCIA DE SITUACIÓN DE APRENDIZAJE

- Invitar a los niños y niñas a formar grupos pequeños y conversar sobre la boca y sus partes.
- Invitar a observar y fotografiar la boca de otros niños y niñas y observarla junto al material educativo.
- Los niños y niñas manipularán el material, reconociendo la boca y sus partes.

#### d) "Los dientes" (SC y JI Puerto Aysén, Fundación INTEGRA)





CONFECCIÓN: trupán, témpera, push pins y plumones. Dibujar los dientes y sus partes sobre el trupán de base. Sobre otro trupán dibujar las partes desmontables de los dientes y cortar.

#### SUGERENCIA DE SITUACIÓN DE APRENDIZAJE

- Organizar a los niños y niñas en grupos pequeños. Los niños y niñas manipularán el material, reconociendo los dientes y sus partes.
- Se sugiere contar con enciclopedias y textos de apoyo.

#### e) Observar las partes de la boca con espejo (SC y JI Puerto Aysén, Fundación INTEGRA)



Materiales a utilizar: espejos y linternas

#### SUGERENCIA DE SITUACIÓN DE APRENDIZAJE

- Mirar las partes de la boca identificándolas frente a un espejo y luego entre los compañeros y compañeras.
- Acompañado de linternas, espejos para mirar y explorar sus bocas, diferenciar entre las partes blandas y duras, buscar semejanzas y diferencias entre los dientes y sus pares o adultos.





#### f) Poesías y adivinanzas relacionadas (Fundación INTEGRA)

#### Poesías

#### Los Dientecitos

En mi boca amiguitos dos filitas tengo de unos dientecitos blancos y sanitos.

Dientecitos, dientecitos que yo siempre cuidaré porque si se enferman ¿Cómo me alimentaré?

Con un cepillito los lavaré De abajo hacia arriba De arriba hacia abajo Muy bien los limpiaré.

#### Adivinanzas relacionadas

Estamos dentro de la boca Somos blancos y chiquititos Uno al lado del otro Parecemos hermanitos. (Los dientes)

#### Los Molares

Yo soy un molar Y sirvo para moler Yo soy un incisivo Y sirvo para morder

Ese es el cepillito El que lava muy bien Lava dientes y muelas Y me lava a mi también

Ahí viene el dulce Nos ataca otra vez Pero viene el cepillito Es nuestro amigo más fiel

Cuando estamos sanos Somos blancos y enteritos Para conservarnos así Estamos limpiecitos. (Los dientes)

#### SUGERENCIA DE SITUACIÓN DE APRENDIZAJE

- Señalar y enseñar las partes de la boca a través de materiales didácticos y experiencias anteriormente sugeridas.
- Invitar a aprender las poesías y adivinanzas sugeridas.
- Dramatizar identificando los personajes y sus acciones.







# HIGIENE BUCAL





#### 1.- FUNDAMENTO TEÓRICO

#### ¿Por qué debemos preocuparnos del cepillado de los niños y niñas?

El cepillado de dientes representa una de las principales estrategias para el control de las enfermedades más comunes de la boca. El objetivo de la higiene bucal es remover prolijamente la placa bacteriana que se forma permanentemente sobre la superficie de los dientes y encía, para impedir que las bacterias cariogénicas produzcan ácidos que desmineralicen (reblandezcan y dañen) el esmalte de los dientes e inflamen la encía.

Una de las patologías que se puede producir por una mala higiene (en combinación de una alta frecuencia de consumo de azúcares), es la caries de inicio precoz, la cual puede afectar a los niños y niñas del primer ciclo. No pueden alimentarse correctamente, el contacto de la boca y sus dientes con los alimentos dulces, fríos y calientes lo evitan, al igual que el cepillado, por el dolor que les provoca, lo que favorece un rápido avance de la caries complicándose con infección afectando al hueso y encía que rodea a los dientes, pudiéndose incluso observar una inflamación de la cara —más conocida como- "cara hinchada". Lo importante es que el desarrollo de este grave compromiso se puede prevenir si los adultos a cargo de los párvulos disponen y aplican los conocimientos adecuados sobre higiene bucal.



Abscesos en encía y destrucción de dientes por caries de inicio precoz.

Los niños y niñas menores de tres años aún no desarrollan la psicomotricidad fina que requiere una técnica de cepillado efectiva. La capacidad de manejar sus manos y efectuar movimientos delicados y de precisión se adquiere más adelante, por ello se requiere de una supervisión diaria en el cepillado de dientes, siendo recomendable que el adulto que esté a cargo (en hogar, sala cuna, jardín infantil) repase el cepillado al párvulo. En este caso es recomendable que se cepille el adulto junto al niño o niña asociando el momento del cepillado con una actividad diaria, habitual y agradable.

A medida que crecen, se facilita la tarea de barrido mecánico que se hace con el cepillado de dientes, de modo que cuando aprenden a escribir, ya tienen la madurez psicomotriz suficiente para cepillarse por sí solos los dientes.

#### ¿Cómo se realiza una buena higiene bucal?

a) Con un buen cepillado: el cepillado requiere de un conjunto de movimientos y secuencias que aseguren abarcar todas las superficies dentarias para realizar un barrido de placa bacteriana que sea eficiente. No pretende ser complicado, sino que acucioso y prolijo para obtener buenos resultados. Interesa que se aprenda aquella técnica que remueva mejor la placa bacteriana, y que le sea fácil de manejar.

**Técnicas de cepillado en niños y niñas:** Con los dientes juntos el cepillo se apoya en la cara visible de los dientes y se realizan movimientos circulares avanzando lentamente. El procedimiento se repite en todas las caras (externas e internas). La superficie de los dientes que se ocupan para masticar se cepillan con movimientos desde adelante hacia atrás.

**b)** Con el uso de pasta de dientes: actúa como un factor protector contra las caries por el flúor. La de uso infantil (500 ppm de flúor), se puede usar desde los 2 años cuando el niño o niña ya tiene la capacidad de escupir la pasta sin tragarla, pues a esa edad la ingesta de flúor puede producir alteraciones en la dentición definitiva. La cantidad de pasta debe ser del tamaño de una lenteja.





#### 2.- ÁMBITO: FORMACIÓN PERSONAL Y SOCIAL

#### 3.- NÚCLEO: AUTONOMÍA

#### 4.- OBJETIVO GENERAL

• Adquirir en forma gradual una autonomía que le permita valerse adecuada e integralmente en su medio, a través del desarrollo de la confianza, de la conciencia y creciente dominio de sus habilidades corporales, socioemocionales e intelectuales.

#### 5.- CATEGORÍA: Iniciativa y confianza

#### 6.- APRENDIZAJE ESPERADO

• Manifestar progresiva independencia y responsabilidad en relación al cuidado de su cuerpo, de sí mismo y de sus pertenencias, de los demás y del medio ambiente.

#### 7.- APRENDIZAJE ESPECÍFICO

- Fomentar en los niños y niñas el autocuidado en salud oral, a través de una adecuada higiene bucal y técnica del cepillado.
- Reconocer la importancia de la higiene bucal para la salud.
- Disfrutar de su cuidado personal.

#### 8.- SUGERENCIAS DE EVALUACIÓN

- Escala de apreciación.
- Registro abierto.

#### 9.-MATERIAL EDUCATIVO SUGERIDO

a) Cuento con láminas. Dibujos de la técnica de cepillado (JI Bambi, JUNJI)



CONFECCIÓN: cartulinas, lápices de cera, hojas blancas. Dibujos y texto creación de autoras.



#### SUGERENCIA DE SITUACIÓN DE APRENDIZAJE

- Crear un cuento en relación a las láminas alusivas al cepillado de dientes.
- Escuchar colectivamente el cuento, mostrando las láminas con la técnica correcta de cepillado.
- Conversar sobre el cuento ¿Qué les llamó la atención? ¿Qué nos enseña el cuento? ¿Cómo cepillamos nuestros dientes?
- A partir del cuento invitar a los niños y niñas en grupos pequeños a lavarse los dientes.
- Dejar a la vista de los niños y niñas (en el baño o en la sala) el cuento con láminas que muestran la técnica de cepillado (mientras se esté familiarizando con la técnica).

#### b) Macromodelos para higiene bucal (SC y JI Puerto Aysén, Fundación INTEGRA)



CONFECCIÓN: madera, témpera, plumones, cartón y cepillo. Dibujar la boca y sus partes con cartón.

#### SUGERENCIA DE SITUACIÓN DE APRENDIZAJE

- Conversar con los niños y niñas, elaborando un listado sobre los hábitos adecuados de higiene bucal.
- Modelar a los niños y niñas con el material, la técnica correcta de cepillado.
- Invitar a los niños y niñas a realizar el correcto cepillado.
- De manera complementaria se puede elaborar una tablilla de secuencia que muestre el procedimiento adecuado del cepillado de los dientes.
- Invitar a los niños y niñas a ordenar la secuencia correctamente.

#### c) Poesías (JI Pulgarcito, Fundación INTEGRA)

Qué lindo es tener los dientes sanitos Sin caries ni dolor todos muy blanquitos Para tenerlos así los tengo que cuidar No comer dulces y saberlos cepillar.

Si lindos dientecitos tú quieres tener A usar el cepillo debes aprender Chiqui chiqui chiqui chiqui cha Por arriba por abajo por delante y por detrás.



Chicles, dulces y chocolates tus dientes pueden dañar Pero nada pasaría si vuelves el cepillo a usar.

Cuando la mamá te llame "vamos a comer" Lavarse las manos es tu primer deber Y después de la comida el cepillito a mover.

Mi cuerpo yo cuido con mucho interés mi cara me lavo y lavo mis pies.

Me baño y me ducho ¡mejor al revés! me ducho me baño y me peino después. Cepillo mis dientes después de comer y siempre mis manos limpias procuro tener.

#### SUGERENCIA DE SITUACIÓN DE APRENDIZAJE

- Que los niños y niñas aprendan las poesías.
- Previamente comentar la importancia de la higiene bucal para la salud.

#### d) Adivinanza (JI Pulgarcito, Fundación INTEGRA)

Soy amigo de los niños Yo los ayudo a limpiar Lindos dientecitos Que tenemos que cuidar. (Cepillo de dientes)

#### SUGERENCIA DE SITUACIÓN DE APRENDIZAJE

- Que los niños y niñas intenten adivinar.
- Previamente comentar la importancia de la higiene bucal para la salud.

#### e) Cepillado lúdico (Módulo odontológico Simón Bolívar, SSVQ)







#### SUGERENCIA DE SITUACIÓN DE APRENDIZAJE

- Enseñar a los niños y niñas con un macromodelo de boca y cepillo la técnica correcta de cepillado. Ejemplo: hacer 10 círculos en el lado derecho y avanzar de a poco contando siempre hasta diez pasando por todos los dientes.
- Realizar cepillado de manera lúdica escuchando una canción alusiva al tema o alguna canción que a los párvulos les atraiga y que dure por lo menos 3 minutos para que se realice el cepillado correctamente.
- Otra alternativa es que los párvulos tengan a la vista un reloj de arena que dure dicho tiempo para que así se incorpore como hábito el cepillado en el tiempo recomendado y que a la vez se relacione con una actividad agradable.

#### f) Cepillado en conjunto (Módulo odontológico Simón Bolívar, SSVQ)





#### SUGERENCIA DE SITUACIÓN DE APRENDIZAJE

- El cepillado será una actividad realizada en conjunto con un adulto, ya sea educador, apoderado u otra persona significativa para el niño y niña. Esto permitirá que los párvulos tengan un modelo positivo a seguir, que perciban que es una actividad que deben realizar siempre. Luego el adulto a cargo debe repasar el cepillado realizado por el niño y la niña para asegurar la correcta remoción de la placa bacteriana.







# ALIMENTACIÓN SALUDABLE





#### 1.- FUNDAMENTO TEÓRICO

Es conocido por todos que en los últimos años la población chilena ha seguido un patrón de vida poco saludable, orientando sus hábitos alimentarios hacia un consumo excesivo de alimentos con alto contenido graso, ricos en hidratos de carbono refinados y con un elevado contenido de sal, lo que ha favorecido la aparición, en población cada vez más joven, de obesidad y otras enfermedades crónicas no trasmisibles como la diabetes mellitus, hipertensión arterial.

Sumado a lo anterior, los estudios nos han demostrado que en Chile existe una alta prevalencia de **enfermedades que afectan la salud bucal** como caries, gingivitis, enfermedad periodontal y anomalías dentomaxilares, por lo que se hace especialmente importante realizar acciones de prevención y promoción de salud bucal en nuestros niños y niñas sobretodo desde la primera infancia, entre otras medidas a través de la **EDUCACIÓN**.

En el área odontológica, se define un tipo de alimentación particular, que es uno de los factores que contribuye a la formación de caries, la llamada **DIETA CARIOGÉNICA.** 

La **DIETA CARIOGÉNICA** es aquella alimentación rica en hidratos de carbono fermentables como galletas, dulces, pan, bebidas gaseosas, jugos de fantasía, con altos contenido de azúcar, los que debido a su consistencia, adhesividad y frecuencia de consumo favorecen la aparición de ácidos por parte de las bacterias bucales, contribuyendo a la formación de caries.

Es importante destacar que también las bebidas gaseosas light y que no tienen azúcar, por su acidez favorecen la pérdida de minerales del esmalte dental, por lo tanto tampoco son recomendables.

La experiencia ha demostrado que la entrega de conocimientos para el cuidado de la salud bucal es efectiva cuando es realizada por educadores y educadoras. Por eso es necesario que en la jornada diaria podamos enseñar a los párvulos a elegir alimentos saludables, ya que una alimentación centrada en sus reales necesidades, más que en una dieta fomentada por la publicidad, puede entregarles las herramientas necesarias para mantener su salud.

#### Mensajes nutricionales a considerar para la educación en salud bucal:

- Moderar el consumo de azúcar, especialmente alimentos con azúcar refinada, como galletas, golosinas y calugas.
- Evitar el consumo de bebidas gaseosas y jugos azucarados entre las comidas, especialmente antes de ingresar al jardín o sala cuna.
- Aumentar el consumo de frutas y verduras, fomentando estrategias especialmente en los periodos de ingesta.
- Fomentar el consumo de agua potable entre los párvulos, considerando sus innumerables beneficios .
  - El agua de nuestra región tiene flúor y ayuda en la prevención de caries además permite una adecuada hidratación, eliminación de desechos, transporte de nutrientes, regulación de la temperatura corporal etc. Se sugiere administrar agua especialmente después de las horas de patio.



#### 2.- ÁMBITO: FORMACIÓN PERSONAL Y SOCIAL

#### 3.- NÚCLEO: AUTONOMÍA

#### 4.- OBJETIVO GENERAL

• Potenciar la capacidad de la niña y del niño de adquirir en forma gradual una autonomía que le permita reconocer las características de una alimentación saludable y que contribuya a su crecimiento y desarrollo.

#### 5.- CATEGORÍA: Motricidad y vida saludable.

#### 6.- APRENDIZAJE ESPERADO

• Distinguir aquellos alimentos que aportan mayores beneficios para su salud, adquiriendo conciencia de las características que éstos deben tener para ser consumidos.

#### 7.- APRENDIZAJE ESPECÍFICO

- Distinguir alimentos que son beneficiosos para su salud bucal.
- Reconocer alimentos saludables y no saludables.
- Conocer recetas de alimentación saludable.
- Reconocer progresivamente que una alimentación equilibrada contribuye a mantener la salud bucal.

#### 8.- SUGERENCIAS DE EVALUACIÓN

- Escalas de apreciación.
- Registro anecdótico.
- Autoevaluación y coevaluación.

#### 9.- MATERIAL EDUCATIVO SUGERIDO

#### a) Brochetas de Fruta (Fundación INTEGRA)

Preparación: Frutas frescas de la estación (al menos una por párvulo, intencionando las de consumo menos habitual) /palos de brocheta/ manteles plásticos/ recipientes para la fruta/ cuchillos plásticos/ toalla de papel/ paños para limpiar.

#### SUGERENCIAS DE SITUACIÓN DE APRENDIZAJE

- Invitar a los niños y niñas a lavarse muy bien las manos.
- Invitar a los niños y niñas a escuchar la receta.
- Distribuir los roles con los párvulos ofreciendo distintas alternativas de acción: lavar, pelar picar y ensartar la fruta en los palos de brocheta.
- Se distribuyen por mesas conformando grupos de trabajo.

#### b) Degustación de verduras

Preparación: zanahorias crudas o cocidas / betarragas cocidas / brócoli cocido / pepinos de ensalada/jugo de limón/ yogurt natural/ platos plásticos/ mondadientes/ manteles plásticos/tenedores y cuchillos plásticos/ fuentes para las verduras.





#### SUGERENCIAS DE SITUACIÓN DE APRENDIZAJE

- Invitar a los niños y niñas a lavarse muy bien las manos.
- Distribuir los roles con los párvulos ofreciendo distintas alternativas de acción: lavar, pelar, picar y aliñar las verduras.
- Se distribuyen por mesas conformando grupos de trabajo.
- La educadora o educador mediará, explicando la importancia del consumo de verduras y su contribución a la salud.

#### c) Jugos naturales

Preparación: frutas naturales a elección /juguera/agua/vasos para servir/cucharas para revolver/cuchillos plásticos/platos plásticos/manteles plásticos/colador.

#### SUGERENCIAS DE SITUACIÓN DE APRENDIZAJE

- Invitar a los niños y niñas a lavarse muy bien las manos.
- Distribuir los roles con los párvulos ofreciendo distintas alternativas de acción: lavar, pelar, picar y licuar las frutas.
- Se distribuyen por mesas conformando grupos de trabajo.
- La educadora o educador mediará, explicando la importancia del consumo de frutas y su contribución a la salud.

#### d) Juego de asociación "Las frutas y verduras" (JI Burbujita, JUNJI)

CONFECCIÓN: 1 caja de cartón para guardar las piezas del juego, 2 tableros de madera de cholguán, uno con el dibujo de 6 frutas y el otro con el dibujo de 6 verduras, 12 tablillas para colocar sobre cada fruta y verdura con el dibujo respectivo, témpera, barniz. (Se sugiere utilizar frutas y verduras de consumo menos habitual).

#### SUGERENCIA DE SITUACIÓN DE APRENDIZAJE

- Nombrar las frutas y las verduras.
- Identificar frutas y verduras, sus características y su aporte a la salud de las personas.
- Trabajar en grupos pequeños.
- Mantener el material en un espacio educativo estable en la sala de actividades.
- Se sugiere la utilización del material como apoyo al taller de cocina.
- Se sugiere escribir el nombre de cada fruta y verdura acompañando cada imagen.

#### e) Buenos días alimentos (JI Las Lomitas, Fundación INTEGRA)

Este es un juego de roles que simula un programa de televisión en donde hay concursos, entrevistas, y cocina saludable.

#### SUGERENCIA DE SITUACIÓN DE APRENDIZAJE

- Organizar a los niños y niñas según sus intereses: animadores, chef, público, modelos, camarógrafos, profesor de baile.
- Se sugiere utilizar materiales de apoyo tales como cueca de las frutas de Mazapán, material CD con canción; recetas saludables como brochetas de frutas, jugos naturales, canastillos de naranja con jalea.



#### f) Memorice (JI Flipper, JUNJI)



CONFECCIÓN: materiales utilizados 3 pliegos de cartón piedra/témperas de color (morado y rosado)/ figuras de alimentos saludables (se sugieren elementos tales como frutas, verduras y lácteos)/figuras de golosinas/ 4 cáncamos/ 24 tornillos/ 48 cuadrados de cartón piedra de 13\*13 cms./ Se pinta un pliego de cartón piedra de color morado y otro pliego de color rosado (color morado para diente sano y color rosado para diente con caries). En cada panel (pliegos pintados e identificados) se marcan 12 cuadrados de 13\*13 cms. separados por 4 cms. entre uno y otro cuadrado. En cada uno de estos cuadrados se pegan figuras con dientes sanos y alimentos saludables o dientes con caries y alimentos chatarra dependiendo del panel a utilizar. Paralelamente, se confeccionan 48 cuadrados de 13\*13 cms., de los cuales 24 de éstos se utilizarán en el panel correspondiente al diente sano, y los 24 restantes se utilizarán en el panel correspondiente al diente con caries. De estos 24 cuadrados correspondientes al panel del diente sano, 12 tendrán pegados figuras de alimentos saludables, los 12 cuadrados restantes, tendrán pegados en el centro un diente sano. De los 24 cuadrados correspondientes al panel del diente con caries, 12 tendrán pegados figuras de alimentos chatarra, los 12 cuadrados restantes, tendrán pegados en el centro un diente con caries. Los 48 cuadrados a los cuales se les pegaron figuras representativas tanto de alimentos saludables como de comida chatarra, son aquellos que los niños y niñas utilizarán para el juego de memorice. Los paneles serán colgados en la pared mediante su fijación con tornillos y cáncamos, lo cual permitirá la formación de un espacio educativo interactivo al interior del aula.

#### SUGERENCIA DE SITUACIÓN DE APRENDIZAJE

- El adulto invita a los niños y niñas a observar los paneles.
- Organiza la actividad con la ayuda de los niños y niñas.
- Solicita a dos de ellos sacar los 12 cuadrados y descubrir qué hay debajo de ellos (primero se hace con un panel y luego con el restante).
- El adulto realiza preguntas claves relevando la importancia del consumo de alimentos saludables para la salud bucal.
- Se procede a jugar el juego de memoria.





# CONTROL DE MALOS HÁBITOS





#### 1.- FUNDAMENTO TEÓRICO

Los malos hábitos orales son procesos complejos donde tejidos blandos o duros de la boca sufren alteraciones debido a la acción constante y repetitiva provocada por otros tejidos orales. Los hábitos orales se pueden clasificar a grandes rasgos en hábitos de succión, de interposición y de respiración. Dependiendo de la intensidad, la frecuencia, la edad de inicio del hábito y el tiempo de duración, se provocarán efectos de mayor o menor intensidad, siendo frecuentes las alteraciones del normal desarrollo de la dentición temporal y definitiva.

Reconocer los malos hábitos orales tempranamente es muy importante, sin embargo, su intervención es compleja dado que normalmente involucra factores del desarrollo emocional de los niños y niñas.

El esquema siguiente clasifica los malos hábitos orales en forma simplificada



#### MAL HÁBITO DE SUCCIÓN

Los malos hábitos de succión pueden ser nutritivos (succión de mamadera) o no nutritivos (succión de dedos, chupetes u objetos). Los malos hábitos de succión tienen un profundo vínculo con necesidades emocionales de niños y niñas, siendo frecuentemente los que producen mayor porcentaje de alteraciones en la normalidad del desarrollo dentario. Una de las consecuencias más frecuentes de este tipo de hábitos es la alteración de posición de los dientes hacia adelante, lo que se conoce como "mordida abierta".

#### MAL HÁBITO DE INTERPOSICIÓN

Otro tipo de hábitos frecuentes son los de interposición, entre los cuales destacan los hábitos de interposición lingual, es decir, una posición anómala de la lengua en relación con los arcos dentarios que modifica la posición de los dientes, afectando la función masticatoria, la estética y la fonación.

#### MALOS HÁBITOS DE RESPIRACIÓN

Malos hábitos de respiración son frecuentemente producidos por obstrucciones de vía aérea, lo que provoca que se mantenga permanentemente abierta la boca para poder respirar, lo que causa diversas alteraciones a nivel de equilibrio muscular, tejidos dentarios y tejidos blandos.

Dada la complejidad de las causas de los malos hábitos, estos deben ser intervenidos en función de su etiología, no obstante, por regla general, un reconocimiento temprano en los niños y niñas permitirá un tratamiento oportuno y un mejor pronóstico.



#### 2.- ÁMBITO: FORMACIÓN PERSONAL Y SOCIAL

#### 3.- NÚCLEO: AUTONOMÍA

#### 4.- OBJETIVO GENERAL

 Adquirir en forma gradual una autonomía que le permita valerse adecuada e integralmente en su medio, a través del desarrollo de la confianza, de la conciencia y creciente dominio de sus habilidades corporales, socioemocionales e intelectuales.

#### 5.- CATEGORÍA: Iniciativa y confianza.

#### 6.- APRENDIZAJE ESPERADO

- Manifestar progresiva independencia y responsabilidad en relación al cuidado de su cuerpo, de sí mismo y de sus pertenencias, de los demás y del medio ambiente.
- Identificar objetos y situaciones de riesgo que pueden atentar contra su bienestar y seguridad, buscando algunas alternativas para enfrentarlas.
- Asumir compromisos y establecer acuerdos en consideración a sí mismos, a los otros y a su medio.

#### 7.- APRENDIZAJE ESPECÍFICO

- Reconocer acciones asociadas a malos hábitos orales (ej. succión prolongada de mamadera, succión digital, entre otros)
- Reconocer objetos peligrosos para su salud bucal (lápices, chicles, punta de la mesa)

#### 8.- SUGERENCIAS DE EVALUACIÓN

- Registro abierto.
- Registro anecdótico.
- Escala de apreciación.

#### 9.-MATERIAL EDUCATIVO SUGERIDO

a) Títere de tamaño de un niño o niña con mochila (JI "Porteñitos por la Paz", Corporación Servicio Paz y Justicia Chile en convenio VTF con JUNJI)





CONFECCIÓN: para el cuerpo: algodón sintético, género, goma eva, pañolenci, ojos, \* imanes, lana, espuma, botones. Para la vestimenta: ropa vieja reciclada (camiseta, pantalones, calcetines, camisa), zapatos de bebé reciclados. Accesorios para mochila (chupete, mamadera, lápiz etc.)

\* Dentro de la lengua del títere y una mano se encuentran imanes los que al pegarse ambos den la apariencia que el títere se chupa constantemente los dedos.

#### SUGERENCIA DE SITUACIÓN DE APRENDIZAJE

- Conocemos al títere (se sugiere identificarlo con un nombre).
- El títere nos regala sus tetes y sus mamaderas.
- El agente educativo conversa con el títere y los párvulos las consecuencias de los malos hábitos bucales.

### b) Lámina educativa de control de malos hábitos (Módulo Odontológico Simón Bolívar, SSVQ)



CONFECCIÓN: madera terciada, esmalte o témpera con cola fría, plumones, barniz.

#### SUGERENCIAS DE SITUACIÓN DE APRENDIZAJE

- Mostrar la lámina a los niños y niñas.
- El educador o educadora plantea preguntas claves en relación a los malos hábitos presentados en la lámina.
- Los niños y niñas realizan un relato de su propia experiencia en relación a los malos hábitos.
- Se realiza un compromiso de dejar el mal hábito.







# PREVENCIÓN DE TRAUMATISMO DENTARIO





# 1.- FUNDAMENTO TEÓRICO

Cuando los niños y niñas comienzan a explorar el mundo por sus propios medios están expuesto s a sufrir caídas que pueden afectar su cara, boca y dientes. Durante los primeros años de vida los dientes de leche se encuentran en estrecha relación con los dientes permanentes que se están formando dentro del hueso. Un traumatismo sufrido en este periodo puede comprometer la estética del diente permanente, el cual al aparecer en boca alrededor de los ocho años, podría presentar desde unas manchas blanquecinas hasta deformación de la corona, dependiendo de la intensidad del golpe recibido sobre la boca. Las lesiones que pueden comprometer a los gérmenes dentarios en desarrollo son la intrusión del diente temporal (cuando el diente se entierra en la encía) y la avulsión (cuando el diente se cae por el golpe). Los traumatismos dentarios son consecuencia de situaciones accidentales o intencionales. La mayoría de los accidentes que afectan a los párvulos se deben a un desconocimiento de su necesidad de protección y vigilancia en sus actividades diarias, ya que ellos no tienen conciencia del peligro. En cuanto a frecuencia de ocurrencia, la boca, labios y dientes ocupan el segundo lugar de todas las lesiones del cuerpo que afectan a niños y niñas menores de seis años. Las causas son debido a caídas, golpes y accidentes de tránsito.

A largo plazo, las consecuencias de lesiones en párvulos pueden ser:

- Cambio de color del diente afectado.
- Defecto en la formación de la corona del diente permanente o impactación dentaria que se notará al momento de erupcionar los dientes definitivos. Esta condición se puede observar cuando el niño o niña ha recibido un fuerte golpe en la boca y la consecuencia es más grave en menores de dos años.

# Conducta a seguir frente a un traumatismo dentario

- Mantener la calma.
- Tranquilizar al niño o niña.
- Controlar que el estado general del niño o niña sea normal, verificando respiración.
- Revisar cuidadosamente la boca, si hay sangramiento, secar con gasa, o un pañuelo limpio.
   Si las heridas se encuentran con tierra, lavarlas con agua hervida tibia, en lo posible, o con agua potable corriente.
- Verificar que no hayan cuerpos extraños, ya sea fragmentos de diente, o el diente completo.
- Aplicar compresas frías, o hielo, en la zona para evitar inflamación
- Si el niño o niña ha sufrido un traumatismo, evite el uso de la mamadera y chupete.
- Cepille los dientes suavemente después de las comidas.
- Alimentación blanda.
- Consultar a un o una dentista que atienda a párvulos en forma regular o a un odontopediatra



# **IMPORTANTE:** Los dientes de leche o temporales no se reimplantan, solamente se procede a limpiar la zona.



# Prevención de Traumatismos Dentarios

- Pisos resbaladizos o con desniveles.
- Objetos en el piso.
- Disposición de lugares de juego poco apropiados (pasillos, cerca de escalas).
- Asegurarse que los párvulos mantengan cordones amarrados.
- Mesas bajas, en el caso de preescolares que están aprendiendo a caminar.

# **Evitar acciones inseguras:**

- Juegos sin vigilancia.
- Carreras en las escaleras.
- Caminar con objetos en la boca.
- Evitar que niño o niña camine con objetos tales como mamadera o juguete en la boca.

# Ideas Fuerza a transmitir a la Comunidad:

- Muchos accidentes se pueden prevenir, eduque a los niños niñas.
- Una acción oportuna frente a un traumatismo puede mejorar el futuro del diente afectado.
- Los golpes en la boca como sanción o castigo a los niños y niñas son considerados "maltrato infantil".
- Los párvulos no pueden anticipar el peligro, por lo que deben recibir protección y supervisión de un adulto responsable en toda actividad.
- ¡No a la violencia como forma de manejo de conflictos! Los niños y niñas aprenden lo que viven.



# 2.- ÁMBITO: FORMACIÓN PERSONAL Y SOCIAL

# 3.- NÚCLEO: AUTONOMÍA

#### 4.- OBJETIVO GENERAL

- Adquirir en forma gradual una autonomía que le permita valerse adecuada e
  integralmente en su medio, a través del desarrollo de la confianza, de la conciencia y
  creciente dominio de sus habilidades corporales, socioemocionales e intelectuales.
- **5.- CATEGORÍA:** Motricidad y vida saludable.

#### 6.- APRENDIZAJE ESPERADO

- Identificar las condiciones que caracterizan a los ambientes saludables, tomando conciencia progresiva de cómo éstos contribuyen a su salud.
- Identificar objetos y situaciones de riesgo que pueden atentar contra su bienestar y seguridad, buscando algunas alternativas para enfrentarlas.
- Manifestar progresiva independencia y responsabilidad en relación al cuidado de su cuerpo, de sí mismo y de sus pertenencias, de los demás y del medio ambiente.

# 7.- APRENDIZAJE ESPECÍFICO

- Reconocer acciones inseguras que deben evitar para prevenir traumatismos dentarios (ej., caminar con objetos en la boca.)
- Reconocer la importancia de prevenir los traumatismos dentarios para obtener una mejor salud bucal y general.
- Incentivar la prevención en forma espontánea de traumatismos dentarios para sí mismos y para los demás.

# 8.- SUGERENCIA DE EVALUACIÓN

- Registro de observación.
- Escala de apreciación.
- Lista de cotejo.

#### 9.-MATERIAL EDUCATIVO SUGERIDO

a) Láminas con imágenes de acciones inseguras (correr con objetos en la boca, beber agua directamente de la llave, empujar a un compañero o compañera, morder distintos objetos, etc.)

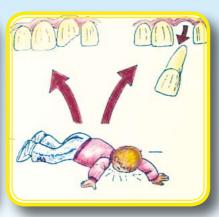












CONFECCIÓN: madera terciada, esmalte o témpera con cola fría, plumones, barniz.

# SUGERENCIA DE SITUACIÓN DE APRENDIZAJE

- Mostrar la lámina a los niños y niñas.
- El educador o educadora plantea preguntas claves en relación a acciones y situaciones inseguras presentadas en la lámina.
- Los niños y niñas realizan un relato de su propia experiencia en relación a acciones y situaciones inseguras presentadas en la lámina.
- Se establece un compromiso de normas de convivencia que eviten accidentes.







# MI DENTISTA





# 1.- FUNDAMENTO TEÓRICO:

El dentista es un amigo de la salud oral. Los padres, madres, apoderados y educadores deben esforzarse por transmitir al niño o niña una sensación de confianza y seguridad cuando acude al dentista. Ayuda a todo ello el hecho de acudir a odontólogos infantiles o dentistas generales que atiendan a párvulos. A veces se necesitan varias sesiones y mucha conversación para que los párvulos se sientan en confianza.

# **Prevenir el miedo!!**

Es importante llevar al niño o niña a un control antes que aparezca el dolor por caries u otras enfermedades bucales que necesiten tratamiento.

Para que los párvulos no sientan miedo al visitar al dentista, hay que actuar con prudencia y realismo. Por ejemplo, no deben decirse frases como "no sentirás nada", "ni te tocará", "no te va a doler", "no le tengas miedo", "no te asustes", etc. porque eso conseguirá el efecto contrario, y sospechará ante tanta preocupación.

La visita al dentista debe ser asumida como natural y no condicionar su miedo con relatos de experiencias propias desagradables.

#### NUNCA AMENAZARLO CON IR AL DENTISTA

El dentista tiene que utilizar un instrumental muy variado, desde diminutos utensilios que caben fácilmente en la boca de un niño hasta el imponente sillón en que se tiende el paciente. Es lógico que ante la visión de todos ellos, el párvulo se sorprenda, desconfíe o asuste, por lo que el dentista debe familiarizar al párvulo con los distintos instrumentos y aparatos explicándoles su utilidad.

**Autocuidado y rol del educador o educadora:** dientes sanos y encía sana son fundamentales para disfrutar de una vida agradable y plena.

Tanto la caries como las enfermedades de la encía inicialmente son indoloras, por lo que al ser detectadas a tiempo pueden ser tratadas por el dentista sin grandes molestias.

Un párvulo con dientes cariados puede ser objeto de burlas y bromas por parte de sus compañeros o compañeras.

Un examen físico de cara y de boca en forma rutinaria, puede revelar signos de enfermedad, de violencia intrafamiliar, dando pistas no sólo del estado de salud bucal sino de la salud integral.

Los agentes educativos son modelos a seguir para nuestros párvulos y es por esto que es tan importante incorporarlos en todos los cuidados de la salud bucal, reforzando con esto la labor del dentista.

Mientras antes se realicen intervenciones de promoción y prevención de la salud bucal en nuestros niños y niñas, los resultados serán mejores. Es fundamental mantener estos conceptos en el tiempo y reforzarlos constantemente con el fin de evitar que enfermen, mejorando así su calidad de vida.... contamos con ustedes para llevar a cabo esta maravillosa tarea.



# 2.- ÁMBITO: RELACIÓN CON EL MEDIO NATURAL Y CULTURAL

- **3.-** NÚCLEO: Grupos humanos, sus formas de vida y acontecimientos relevantes.
- **4.- OBJETIVO GENERAL:** Comprender y apreciar progresivamente las distintas formas de vida, instituciones, creaciones y acontecimientos que constituyen y dan sentido a la vida de las personas.

#### 5.- APRENDIZAJE ESPERADO

- Comprender las funciones que cumplen diversas personas, organizaciones e instituciones presentes en su comunidad.

#### 6.- APRENDIZAJE ESPECÍFICO

- Conocer la función que realiza el dentista.
- Reconocer el rol que desempeña el dentista en la prevención de enfermedades bucales.

#### 7.- SUGERENCIAS DE EVALUACIÓN

- Registro de observación.
- Escala de apreciación.

# 8.- MATERIALES EDUCATIVOS SUGERIDOS

a) Función de Títeres "Mi Dentista" (JI Golondrina, JUNJI)



CONFECCIÓN: para el cuerpo: algodón sintético, género, goma eva, pañolenci, ojos, lana, espuma, botones. Para la vestimenta: ropa vieja reciclada (camiseta, pantalones, calcetines, camisa), zapatos de bebé reciclados, etc.

# SUGERENCIA DE SITUACIÓN DE APRENDIZAJE

- Conocemos al títere (se sugiere identificarlo con un nombre).
- El títere nos cuenta en qué consiste su trabajo.





#### Obra de títeres: "Mi dentista"

Un día en el baño del jardín... Sebastián (S): ¡Ay,ay! Me duele mi diente. ¡Tía, tía!/ Tía Sofía (TS): ¿Qué te pasa Sebastián?/ S: Me duele mi diente y mire tengo algo/TS: ¡Oh no! es una caries/ S:¿Cómo una caries?/TS: tus dientes están enfermos, necesitamos ir rápidamente al dentista, él es el único que te puede ayudar/Dentista (D): ¡Hola Tía Sofía! Qué bueno que viniste/TS: quería presentarte a Sebastián. Le duele un diente y tiene una caries/D: Pasa Sebastián,¿Quieres mostrarme tu diente enfermo? yo revisaré tus dientes y te enseñaré a evitar las caries/ S: está bien/D: abre la boca (el dentista revisa la boca de Sebastián, mira los dientes con el espejo, luego saca la caries y le enseña a cepillarse). D: muy bien Sebastián tus dientes están a salvo. Pero no olvides cepillarlos después de cada comida. Además debes comer frutas, verduras y tomar mucha agua. Y ven a verme aunque no tengas caries/ TS:¿Cómo estás Sebastián?/ S: ¡Contento!, el dentista es ahora mi amigo, me enseñó como evitar las caries y a cuidar mis dientes/ TS: ¡Qué bueno! Yo lo visito siempre, hago lo que me dice y tengo mis dientes sanos/D: muy bien, debo seguir con los otros niños y niñas. ¡Chao Sebastián, chao tía Sofía, pórtense bien y cuiden su boca!/ S y TS: ¡Chao dentista! (Así se van muy contentos, decididos a contarles su experiencia a los compañeros y compañeras del jardín para que todos y todas visiten al dentista.) FIN.

# b) Juego de roles "Visitando al Dentista" (SC y JI Conejito Blanco, Universidad de Valparaíso)





CONFECCIÓN: delantal, mascarilla, guantes, algodón, pinzas plásticas, espejos, etc.

#### SUGERENCIA DE SITUACIÓN DE APRENDIZAJE

- El agente educativo da a conocer el instrumental y las funciones del dentista. Muestra imágenes y materiales concretos, etc.
- Los niños y niñas asumen el rol de dentista y paciente.



# c) Visita al dentista (Consultorio, etc.) o visita del dentista al jardín



# SUGERENCIA DE SITUACIÓN DE APRENDIZAJE

- Apoyar la visita con preguntas claves para los párvulos relacionadas al tema.

# d) Implementación de un espacio educativo relacionado con el dentista (JI Providencia, JUNJI)



CONFECCIÓN: elementos que utiliza el o la dentista (delantal, mascarilla, guantes, algodón, pinzas plásticas, espejos, pastas, cepillos, etc.)

# SUGERENCIA DE SITUACIÓN DE APRENDIZAJE

- Los niños y niñas eligen roles (dentista, paciente, mamá, papá, educadoras, asistente dental) y juegan libremente.



# e) Canción "Mi dentista" (JI Antü, Fundación INTEGRA)

Do Fa Do

Vamos al dentista a revisar mis dientes

Do Fa Do

Él me enseñará a protegerlos siempre

Do Fa Do

Estarán sanitos y muy relucientes

Do

No me encuentra caries

Fa

Por que soy un buen paciente

Do

Me cuido mis dientes

Fa Sol

Mi dentista me controla

<sup>7</sup>a Sol Do

Y mi sonrisa brilla siempre

Y mi sonrisa brilla siempre.

(Entonación: "Caballito Blanco" en ritmo de rock)

# SUGERENCIA DE SITUACIÓN DE APRENDIZAJE

- Los niños y niñas aprenden la canción, comentan el mensaje de la canción y cuentan sus experiencias en las visitas que han tenido con el dentista.

# f) Cuento de apoyo para hablar sobre el dentista (JI Antú, Fundación INTEGRA)

CONFECCIÓN: Cartulina, lápices de colores, plumones, témperas, cinta de embalaje transparente.

#### Cuento "Conejín v su Familia"

Había una vez una familia compuesta por cinco conejitos. Papá, mamá y tres hijos conejitos. El más pequeño se llamaba Conejín, era muy alegre, le gustaba ayudar a su mamá, tenía muchos amigos... era un poquito travieso, pero le gustaba comer dulces TODO el día y no le gustaba lavarse los dientes.

Un día, pasó lo que todos sabían que pasaría, comenzaron a molestarle sus dientes y cambiar de color.

Conejín se puso muy triste, porque sus dientes cada día se pusieron más feos y a veces le dolían y no podía jugar con sus amigos, amigas y sus hermanos.

Los papás de Conejín, estaban muy preocupados y decidieron llevarlo al dentista.

Antes de llevar a Conejín, explicaron que los y las dentistas son personas importantes para nuestra salud, pues nos ayudan a mantener nuestros dientes sanos y aliviarnos del dolor cuando lo tenemos.

Al llegar, el dentista lo saludó cariñosamente y le explicó que por comer tantos dulces y no lavarse unos bichitos habían empezado a dañar sus dientes y por eso era el color y molestia que sentía.

El dentista limpió los dientes de Conejín, dejándolos muy sanos otra vez. Además le enseñó cómo cepillar sus dientes y lo nombró encargado de enseñarle a sus hermanos, amigos y amigas todo lo que él había aprendido. ¡Conejín se sintió muy orgulloso y feliz!



Conejín, cada vez que sentía ganas de comer dulces, se acordaba lo que el dentista le enseñó, entonces le pedía a su mamá que mejor le diera una fruta para comer.

Desde aquella visita al dentista, Conejín y sus hermanos después de cada comida y antes de acostarse se lavan muy bien sus dientes, para que nunca más se vuelvan a enfermar.

# SUGERENCIA DE SITUACIÓN DE APRENDIZAJE

- Relatar el cuento a los niños y niñas.
- Realizar y responder preguntas claves.
- Dramatizar el cuento.
- Expresar artísticamente lo que más le gustó del cuento.

# e) Adivinanza (JI Pulgarcito, Fundación INTEGRA)

Al ver este señor Que alegría se siente Por que él nos arregla los dientes. (El Dentista)

# SUGERENCIA DE SITUACIÓN DE APRENDIZAJE

- Conversar con los niños y niñas sobre el rol del dentista.
- Relatar la adivinanza y los niños y niñas que intenten adivinar.
- Memorizar la adivinanza







# ACTIVIDADES PARA SER DESARROLLADAS CON LAS FAMILIAS





En el presente capítulo se han incorporado una serie de actividades para ser desarrolladas con la familias, las cuales se sugiere sean realizadas en sesiones.

SESIÓN	OBJETIVO GENERAL	OBJETIVO ESPECÍFICO	TEMAS
PRIMERA		Identificar procedimientos para formar hábitos de higiene bucal en sus hijos o hijas.	

# Actividades sugeridas

Trabajo de grupo:

Detección de expectativas.

Trabajo de grupo:

El rol que debe cumplir el adulto, en relación al cuidado de los dientes, de los niños y niñas.

Dramatización:

Hábito de la higiene bucal.

# • DETECCIÓN DE EXPECTATIVAS

Esta es una dinámica de grupo que contribuye a minimizar las tensiones iniciales de los participantes, crear un clima de confianza entre ellos.

- Los apoderados se presentan.
- Se forman grupos de 4 a 5 personas.
- Cada participante contesta las siguientes preguntas:
  - ¿Por qué estoy aquí?
  - ¿Qué me gustaría aprender?
  - ¿Qué pienso aportar?
- Las respuestas se contestan en hojas de rotafolio, las cuales se cuelgan en las paredes.
- Un representante de cada grupo las lee y se discute .

# • DINÁMICA DE GRUPO:

Analizar el rol que debe cumplir el adulto, en relación al cuidado de los dientes, de los niños y niñas.



- La educadora o educador entregará a cada grupo un sobre con 6 tarjetas.
- Dará las orientaciones a seguir.
- Se repartirán las tarjetas en el grupo.
- Luego de leerlas, cada uno tendrá 3 minutos para explicar lo que significa esa palabra.
- Uno de los participantes del grupo escribirá en una hoja lo que dice cada participante y deberá leerlas al grupo.

Concepto	Actitud	
Alimentación saludable	Bienestar	
Chupete y mamadera	Precaución	
Placa bacteriana	Protección	
Dentista	Respeto	
Cepillo y pasta	Responsabilidad	

#### **Materiales:**

Nº de sobres 5, cada uno de ellos deberá contener 10 tarjetas con diferentes conceptos. Los apoderados tendrán que relacionar los conceptos entre si y luego explicar la relación.

# • ACTIVIDAD: DRAMATIZACIÓN

# ¿CÓMO ACTUAMOS FRENTE AL HÁBITO DE LA HIGIENE BUCAL?

- Se invitará a los padres a dramatizar 2 situaciones de aprendizaje para reforzar hábitos de higiene bucal en el hogar.

En la **primera situación** participarán 2 apoderados; uno cumplirá el rol de hijo y el otro de mamá o papá. La educadora le pedirá al apoderado que actúe: ¿Cómo le diría a su hijo que se cepille sus dientes?, ¿Cómo actuaría ella o él si el niño no quiere cepillar sus dientes?

En la **segunda situación** la educadora pedirá que participen 4 apoderados, tres representarán a los miembros de una familia y el cuarto al niño o niña.

Los tres apoderados dramatizarán una familia que no se cepilla los dientes, el niño o niña solamente observará.

Uno de los miembros de la familia le dirá "lávate tus dientes", el niño o niña responderá "¿Por qué tengo que cepillarme los dientes si tú no te los cepillas?"

- Terminará la actividad generando una reflexión en relación a las situaciones de aprendizaje observadas
- Establecer compromisos en relación al rol que debe cumplir la familia en torno a la salud bucal familiar.



SESIÓN	OBJETIVO GENERAL	OBJETIVO ESPECÍFICO	TEMAS
SEGUNDA	Valorar la importancia de aplicar en forma correcta la técnica del cepillado.	Demostrar técnica de cepillado.	Importancia del cepillado correcto de los dientes. Uso de pasta de dientes.
	Comprender la importancia de la higiene bucal permanente.	Señalar cómo se forman las caries.  Determinar tres ventajas de la higiene bucal.	Las caries y la importancia de los hábitos de higiene bucal.

# Actividades sugeridas

# Trabajo práctico:

- 1- Demostración práctica de la técnica correcta del cepillado.
- 2- Cómo se forman las caries.
- 3- Higiene bucal.

# ACTIVIDAD: DEMOSTRACIÓN PRÁCTICA DE LA TÉCNICA CORRECTA DEL CEPILLADO

- Ubicados los padres en semicírculo y la educadora en el lugar más visible de la sala con una arcada dental o un macromodelo y cepillo dará a conocer la técnica correcta del cepillado.

#### **Materiales:**

Macromodelo / Cepillo

#### ACTIVIDAD "CÓMO SE FORMAN LAS CARIES"

- Se formarán grupos de 6 apoderados, se elegirá a un secretario para recopilar las ideas. Cada grupo deberá responder la siguiente pregunta :

¿Por qué cree usted que se forman las caries?

Se dará unos minutos para que cada grupo responda y se analizarán las respuestas con todos los apoderados.

La actividad concluirá con láminas ilustrativas de la formación de las caries y los factores que la condicionan.

# **Materiales:**

Tarjetas/ Láminas



#### ACTIVIDAD "HIGIENE BUCAL"

- La educadora pedirá a los apoderados que se formen en grupos de 3 personas.
- Cuando los grupos estén formados le entregará a cada grupo una tarjeta.
- Cada grupo escribirá en su tarjeta tres ventajas de la higiene bucal.
- Luego los apoderados analizarán las ventajas y le colocarán números del 1 al 3 de acuerdo a su importancia.
- Cada grupo colocará las tarjetas en unos dientes de cartulina numerados de acuerdo al número que le corresponde.
- Los tres dientes se llenarán de tarjetas.
- Comentar y analizar.

#### **Materiales:**

Cartulina / Plumones / Cinta adhesiva

SESIÓN	OBJETIVO GENERAL	OBJETIVO ESPECÍFICO	TEMAS
TERCERA	Comprender la importancia de una alimentación saludable para la salud bucal.	<ol> <li>1- Conocer características una alimentación saludable.</li> <li>2- Diferenciar los alimentos cariogénicos de los no cariogénicos</li> </ol>	Alimentación saludable

# Actividades sugeridas

# Trabajo práctico:

- 1- Identificar alimentos cariogénicos y no cariogénicos.
- 2- La caja mágica.

# • ACTIVIDAD: IDENTIFICAR ALIMENTOS CARIOGÉNICOS Y NO CARIOGÉNICOS.

- La educadora mostrará a través de láminas, diferentes tipos de alimentos.
- Luego se les explicará cuáles son los alimentos cariogénicos y los no cariogénicos.
- Se le solicitará a los apoderados que escojan los alimentos que consumen con mayor frecuencia, anotándolos en una pizarra.
- Se les solicitará a los apoderados que identifiquen los alimentos cariogénicos que incluyen en su dieta habitual.
- Se establecerán compromisos para disminuir paulatinamente el consumo de alimentos cariogénicos.

#### Materiales:

Láminas de alimentos cariogénicos y no cariogénicos / Alimentos.





# • ACTIVIDAD: ELABORAR UNA MINUTA DE ALIMENTACIÓN SALUDABLE PARA SUS HIJOS E HIJAS.

- Formar grupos de 4 apoderados.
- Cada grupo elaborará una minuta de alimentación saludable para su hijo o hija (considerar día completo).
- Poner en común lo realizado.
- Terminada la actividad la educadora reforzará las características de una alimentación adecuada para sus hijos e hijas.

#### **Materiales:**

Hojas/ Lápices

# • ACTIVIDAD: LA CAJA MÁGICA

- Ubicados los apoderados en círculo, la educadora pedirá que saquen una tarjeta de la caja (en el contenido de la caja hay conductas adecuadas e inadecuadas para la salud bucal de sus hijos e hijas).
- Ellos lo leerán en voz alta y explicarán si es una conducta adecuada o inadecuada fundamentando su respuesta.

#### **Materiales:**

Caja mágica / Tarjetas

# Otras actividades sugeridas

Juegos y actividades sobre salud bucal.

Se finaliza con convivencia con alimentos no cariogénicos.

# a) Alfombra didáctica para juego "Camino al dentista" (J.I Arco Iris, JUNJI)



Se confecciona utilizando un pedazo de alfombra engomada de más o menos 25 cms. de ancho, por 2 ½ mts. de largo, sobre la cual se pegan láminas de 25 cm. c/u alusiva al tema, comenzando en la partida con una familia, finalizando con la llegada al dentista, las láminas se pueden forrar con cinta adhesiva transparente y se adhieren a la alfombra con agorex. También se confecciona un set de preguntas según la lámina donde uno quedará ubicado. Ej: si uno queda sobre el cepillo dental se le pregunta acerca de éste; ¿Para qué sirve?, ¿Si lo puedo prestar a otra persona?,etc.



Se ubican de a uno ubicándose en la partida, lanzando el dado, según el número que les salga serán los cuadrados que deberán avanzar sobre la alfombra, y según queden ubicados se les hará una pregunta relacionada con el cuadrado que les salió y así sucesivamente seguirán avanzando sobre al alfombra hasta llegar donde el dentista,donde el juego finalizará.

# b) Memorices (J.I Arco Iris, JUNJI)



Pueden ser en cartón con láminas alusivas a salud bucal en par.

Pueden ser de dos a seis jugadores, las cartas se distribuyen en una mesa con las imágenes vueltas hacia abajo, se inicia el juego dando vuelta una de las cartas hacia arriba sin moverla del lugar para buscar la pareja. El que encuentre las dos cartas iguales se las lleva y así lo hará cada uno de los participantes hasta lograr emparejar todas las cartas con lo cual se terminará el juego. Se finaliza la actividad con un comentario acerca del cuidado de nuestra salud bucal.

# c) Dominó (J.I Arco Iris, JUNJI)



Se pueden confeccionar en madera con láminas relacionadas a la salud bucal y pintarlas con témpera mezclada con cola fría.

Pueden jugar dos a seis jugadores, se les reparten igual cantidad de cartas de dominó y se inicia el juego cuando uno de los participantes pone una carta sobre la mesa. Si no tiene debe decir "paso" para que continúe el que sigue, cada vez que se juegue se comenta la imagen que se jugó, se finaliza el juego cuando se terminen todas las cartas o cuando ya no haya posibilidad de seguir jugando por no contar con la carta que tenga la imagen pedida.





# d) Silla musical (J.I Arco Iris, JUNJI)



Las láminas que irán sobre cada silla pueden ser de cartulina forradas con cinta adhesiva transparente y deben tener imágenes de salud bucal, ej. alimentos cariogénicos, saludables, implementos de higiene, etc.

Se ubican las sillas en círculo con respaldo hacia adentro y sobre ellas una lámina de salud bucal. Se baila alrededor de ellas y al ritmo de la música avanzarán alrededor de las sillas. Cuando se detenga la música se deberán sentar y el que quede sentado sobre alguna lámina que dañe la salud bucal como por ejemplo un dulce, deberá retirarse del juego, a medida que se retiren se retiran las sillas, finaliza el juego cuando quede sólo una persona. La actividad de termina con un comentario y un aplauso.

# e) Karaoke "Mi boca es un tesoro" (JI Barquito de Papel, Fundación INTEGRA)

Un día me miraba en el espejo/Admiraba mi belleza y juventud/Y de pronto descubrí que algo pasaba /Mi sonrisa ya no era como ayer/Y me miré al espejo /Y abrí mi boca/Observé mis labios/Como yo los muevo/Y detrás de ellos encontré mis dientes/Que opacados estaban, entre ellos caries /Que los maltrataban junto a mi lengua /Y a mis mejillas internas/Y tomé el cepillo (cepillo, cepillo)/Para limpiar mis dientes encías y lengua /Y tomé el cepillo (cepillo, cepillo)/Porque quiero mi boca libre de bacterias /Y todos me miran (me miran, me miran)/Algunos con envidia pero al final (al final) / Me entenderán /Y me imitarán.

(Al ritmo de la canción "Me solté el cabello" de Gloria Trevi)

### **Sugerencias:**

- Mediante un karaoke, la idea es integrar a los padres y apoderados para conocer la importancia de la salud bucal, la boca y sus partes, incentivando además de los niños y niñas a interesarse en la higiene bucal y conocer las partes de la boca.
- Realizar preguntas abiertas como: ¿Cuáles son las partes de la boca?, ¿Cómo debemos cuidarlas?
- Se sugiere además apoyar con rompecabezas, dibujos informativos, etc.





f) Alimentación Saludable "Recetario Saludable" con recetas aportadas por las familias. Confección: El recetario debe incluir: medidas generales de higiene, descripción de las recetas, ingredientes.

# g) Power Point Alimentación saludable desde el nacimiento (Sala Cuna Camino Esperanza Hogar de Cristo, Fundación INTEGRA)

¿A qué nos referimos cuando hablamos de alimentación saludable? Básicamente corresponde al consumo balanceado de los alimentos que aportan nutrientes esenciales (minerales, vitaminas y proteínas) para el buen funcionamiento y condición saludable del organismo.

Tal es es el caso de:

Frutas y verduras.

Lácteos, carnes magras.

Cereales integrales y aceites vegetales.

### Alimentación desde el nacimiento

La leche materna es el único alimento capaz de satisfacer todas las necesidades de nutrición durante los primeros 6 meses de vida, sin requerir otros alimentos o agregados, como agua o jugos.

#### Beneficios de lactancia materna:

- Nutrición óptima.
- Proporciona protección inmunológica.
- Fácil digestibilidad.
- · Mejor organización sensorial
- Patrones socio-emocionales más adecuados.
- Mejor desarrollo intelectual.
- Mejor desarrollo dento-maxilar y facial.

# La primera comida:

- Alrededor de los seis meses.
- Erupción de los primeros dientes.
- Aumenta la percepción sensorial de la lengua y los labios.
- Se desarrolla la discriminación de texturas, sabores, olor, temperatura y consistencia de los alimentos.

#### Importante!!!

• Desde que el niño y la niña comienza las primeras comidas debe entregarse una alimentación saludable, evitando alimentos con altos contenidos en grasa, azúcar o sal.

#### Consistencia:

• Se debe modificar paulatinamente para llegar a los 12 meses con una alimentación molida y según su desarrollo y evolución de la dentición algunos alimentos picados.





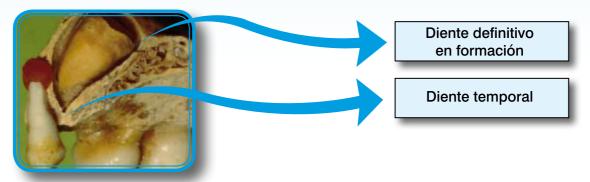
#### **Recomendaciones:**

- Consuma 3 veces en el día productos lácteos como leche, yogur, quesillo o queso fresco de preferencia descremados o semidescremados.
- Coma al menos 2 platos de verduras y 3 frutas de distintos colores cada día.
- Consuma porotos, garbanzos, lentejas o arvejas al menos 2 veces por semana en reemplazo de la carne.
- Coma pescado mínimo 2 veces por semana, cocido, al horno o a la plancha.
- Prefiera los alimentos con menor contenido de grasas saturadas y colesterol.
- Reduzca el consumo habitual de azúcar y sal.
- Tome 6 a 8 vasos de agua diarios.

#### Recordemos...

- La alimentación es uno de los suministros principales de energía de nuestro organismo.
- Cada persona realiza distintas actividades y tiene un metabolismo diferente, cada uno debe adecuar las proporciones a sus requerimientos.
- Una alimentación saludable desde el nacimiento beneficia al niño y niña por el resto de su vida.

# f) Imágenes de diferentes tipos de traumatismos.



Relación de dientes temporales y definitivos (foto gentileza dr. Juan E. Onetto)



Secuelas en dientes permanentes por trauma en dientes temporales (fotos gentileza Clínica odontología Infantil Universidad de Valparaíso)

#### **Sugerencias:**

- Mostrar imágenes a apoderados del daño que se produce por traumatismos dentarios en los dientes definitivos y explicar las medidas que se deben tomar.
- Preguntar si alguno ha tenido experiencias al respecto, cómo han reaccionado, aclarar dudas y dar recomendaciones.



# GLOSARIO DE TÉRMINOS ODONTOPEDIÁTRICOS

- **1.- ADHESIVIDAD:** Calidad de adherirse o pegarse. Fenómeno relacionado con la fijación de bacterias en la superficie de los dientes.
- **2.- HUESO ALVEOLAR:** Cada una de las cavidades del borde de los maxilares en las que están implantados los dientes.
- **3.- CARIES DE INICIO PRECOZ:** Proceso destructivo rápido del esmalte de los dientes de leche debido principalmente a la combinación de una alta frecuencia de consumo de azúcares y falta de cepillado adecuado, principalmente antes que el niño o niña se acueste a dormir.
- **4.- PERIODONTO:** Tejido de soporte del diente formado por la encía, hueso alveolar y ligamento periodontal.
- **5.- GÉRMENES DENTARIOS:** Dientes en el interior del hueso alveolar en grados iniciales de calcificación. La calcificación de los dientes de leche se inicia en el cuarto trimestre de vida intrauterina.
- **6.- GINGIVITIS:** Se denomina a la inflamación de las encías por falta de cepillado o higiene periódica y se manifiesta como sangramiento de las encías.
- 7.- HUÉSPED SUSCEPTIBLE: Diente más o menos propenso a enfermarse, por su constitución y/o por falta de higiene.
- **8.- MALOCLUSIONES:** Relación anormal de la posición de los dientes y/o de los maxilares entre sí. En niños preescolares la causa principal es debida a malos hábitos tales como uso prolongado y persistente de mamadera y "tutos" para quedarse dormido.
- **9.- OCLUSIÓN:** Relación normal de la posición de los dientes, cuando los maxilares están en contacto (juntos o cerrados).
- **10.- PLACA BACTERIANA:** Película transparente que se adhiere a la superficie de los dientes, formada por proteínas, azúcares y células de la mucosa bucal.
- 11.- TRAUMATISMOS DENTARIOS Y ORALES: Lesiones accidentales o intencionales que comprometen la cara, labios y dientes de niños y niñas preescolares provocando fracturas, desplazamientos de dientes y/o desgarros de tejidos blandos. Los traumatismos orales en párvulos ocupan el segundo lugar de todas las lesiones del cuerpo afectando a niños y niñas en igual proporción.





# BIBLIOGRAFÍA

- Manual para el Promotor de la Salud Plan de Actividades Promocionales en Salud Bucal, Gobierno de Chile, Ministerio de Salud, Subsecretaría de Salud Pública, División de Prevención y Control de Enfermedades Departamento de Salud Bucal, Santiago 2007
- 2. Guía de Trabajo para el profesor, Block de actividades por una mejor salud bucal, Gobierno de Chile, Ministerio de Salud, SEREMI de Salud Aysén, Aysén 2008.
- **3.** Bases Curriculares de la Educación Parvularia, Gobierno de Chile, Ministerio de Educación, Unidad de currículum y Evaluación, Santiago 2005.
- **4.** Programa Educativo. Programa de Promoción y Prevención en Salud Bucal para Niños y Niñas Preescolares. Ministerio de Salud. 2da Edición Noviembre 2008.
- 5. Página web http://www.pediatraldia.cl
- **6.** Flores MT, Malmgren B, Andersson L. et al. Guidelines for the management of traumatic dental injuries. III Primary teeth. Dent Traumatol 2007; 23: 196-202
- Guía Clínica Urgencia Odontológica Ambulatoria 2007. http://www.redsalud.gov.cl/archivos/guiasges/GPCGes-Urgencia Odontologica-2007.pdf Protocolo para el manejo de lesiones traumáticas dentarias. International Association of Dental Traumatology (IADT) 2007, pag. 44-49
- **8.** Guía de Alimentación Del Niño/a Menor de 2 años. Guía de Alimentación hasta La Adolescencia. Depto. Nutrición y Ciclo Vital. Ministerio de Salud Chile. 2005.
- 9. Ministerio de Salud, Departamento de Estadísticas e Información de Salud 2007.
- 10. Norma de Uso de Fluoruros en la Prevención Odontológica, Ministerio de Salud, Octubre 2008.





