



Mayo de 2021 | Publicación nro. 3

## La promoción de las consultas dentales a la edad de 1 año

Bienvenido a ¡Recursos para hacerte sonreír! Este boletín mensual incluye información y herramientas que el personal de Head Start puede utilizar para ayudar a las familias con prácticas que promuevan una buena salud oral. Estos consejos ayudarán al personal de Head Start a apoyar a familias, mujeres embarazadas y niños, lo cual incluye a niños con discapacidades. Este boletín también incluye la receta de un refrigerio saludable que los niños pueden preparar en un aula de Head Start o en casa con sus familias.

### La consulta dental a la edad de 1 año



Los padres pueden prevenir y tratar las caries de sus niños si se aseguran de que visiten al dentista regularmente y mantengan un cuidado adecuado de los dientes. El personal de Head Start desempeña un papel fundamental para ayudar a los padres a comprender la importancia de las visitas regulares al dentista a partir de la consulta dental a la edad de 1 año.

Revise la hoja de consejos [Consulta dental a la edad de 1 año](#) para saber cómo y por qué las visitas regulares al dentista benefician a los niños. Comparta esta información con los padres para ayudarlos a saber qué esperar de una consulta dental a la edad de 1 año. Este recurso forma parte de la serie de [Hojas de consejos de Repasa sobre la salud oral](#).

Lea el documento [La importancia de la consulta dental a la edad de 1 año](#) (en inglés) para obtener más información sobre los beneficios de esta consulta y las graves consecuencias de posponer la visita al dentista hasta que el niño sea mayor.

## Recursos para los padres

Comparta estos recursos con los padres para reforzar mensajes positivos sobre la salud oral.

### [Hábitos sanos para sonrisas felices](#)

Use estas hojas de consejos para ayudar a los padres a encontrar una clínica dental y preparar a sus hijos para una visita:

- [Encuentre una clínica dental para su niño](#)
- [Visita a la clínica dental con su niño](#)

### [Sesame Street en las comunidades: Empezar temprano](#)

Vea este video sobre la primera visita de Snazzle al dentista Grover. Descubra cómo puede ser la experiencia de los niños durante su visita al dentista.

### [¿Cuándo debo llevar a mi bebé al dentista? \(en inglés\)](#)

Este video de la Asociación Dental Americana describe lo que sucede durante una visita al dentista y la manera de preparar a un niño para su primera visita.

## Receta de El rincón de la cocina: Ensalada de melón y pepino

### Ingredientes

- 1 cucharada de jugo de limón
- 1 cucharada de aceite vegetal
- 1 pizca de sal
- 1/8 de taza de queso feta desmoronado (opcional)
- 1 pizca de pimienta roja triturada (opcional)
- 1 pepino, cortado por la mitad longitudinalmente y luego en rodajas
- 1 taza de melón (sandía, melón cantalupo u otro tipo de

melón) cortado en cubitos  
½ taza de cilantro fresco picado



### Instrucciones

1. En un recipiente grande, bata el jugo de limón, el aceite vegetal, la sal y el queso feta junto con el pimienta rojo (opcional).
2. Añada el pepino, y el melón.
3. Esparza encima el cilantro (opcional).

**Rinde 6 porciones.**

**Consejo de seguridad:** Para prevenir lesiones, un adulto debe cortar rebanar los ingredientes.

### Manténgase informado

Por favor, comparta esta publicación de ¡Recursos para hacerte sonreír! con sus colegas que pudieran estar interesados en este tema. Puede encontrar ediciones anteriores de [¡Recursos para hacerte sonreír!](#) en el Centro de Aprendizaje y Conocimiento en la Primera Infancia (ECLKC, sigla en inglés).

¿Alguien le reenvió este boletín? Manténgase informado y suscríbese en <https://eclkc.ohs.acf.hhs.gov/es/subscribe>.

Únase a [MyPeers](#) para conectarse con nuestros colegas de Head Start y de la primera infancia de todo el país para aprender sobre este y otros temas. La comunidad **Salud, seguridad y bienestar (Health, Safety, and Wellness)** cuenta en la actualidad con más de 1,400 miembros, quienes crean redes de cooperación, comparten y aprenden unos de otros. Encuéntrela en "Todas las comunidades" (All Communities) y seleccione el botón azul "Registrarse" (Join).

### Queremos saber sobre usted

Envíe sus preguntas y comentarios al Centro Nacional de Salud, Salud del Comportamiento y Seguridad a

[health@ecetta.info](mailto:health@ecetta.info) o llámenos sin costo al 888-227-5125.

Office of Head Start (OHS) | 330 C Street, SW | 4th Floor  
Mary E. Switzer Building | Washington, DC 20201  
| <https://eclkc.ohs.acf.hhs.gov> | 1-866-763-6481 | Contact  
Us

You are receiving this email because you are signed up for Office of Head Start communications. You may modify your ECLKC email subscriptions. Recipients subscribed through the Head Start Enterprise System (HSES) must be removed from HSES by their program or office. Please do not reply to this email.  
Contact customer service for additional support.

 Share

 Tweet

 Share

 Forward

[Unsubscribe](#)