

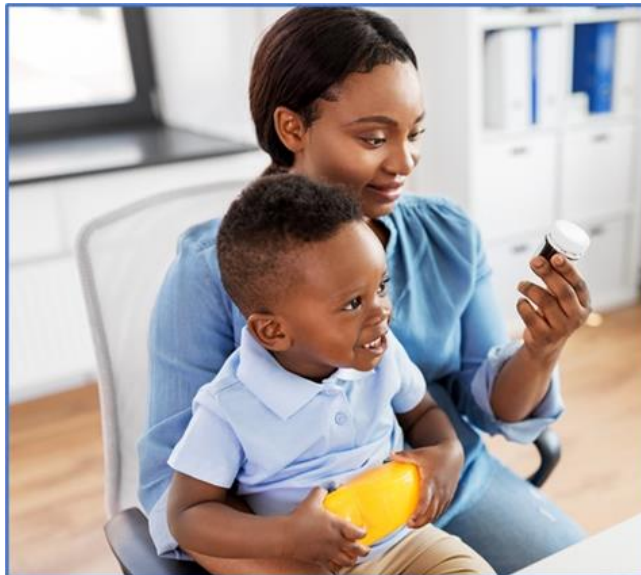


Noviembre de 2021 | Publicación nro. 9

Suplementos de flúor

Bienvenidos 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, personas embarazadas y niños, lo cual incluye a niños con discapacidades. Este boletín también presenta la receta de un refrigerio saludable que los niños pueden preparar en un aula de Head Start o en casa con sus familias.

Suplementos de flúor



El flúor es la mejor forma, y la más segura, de evitar las caries. Los suplementos de flúor se recomiendan para los niños de 6 meses a 16 años, cuya principal fuente de agua potable no contenga suficiente flúor.

Consulte la hoja de consejos [Facilitar el uso de suplementos de flúor](#) para obtener más información acerca de los suplementos de flúor. Descubra quién determina si

un niño debe recibir suplementos de flúor y el papel que desempeña el personal de Head Start como intermediario. Ayude a que el personal profundice en sus conocimientos y comprensión acerca del flúor y los suplementos de flúor con [Prevención de las caries dentales en los niños desde el nacimiento hasta los 5 años de edad: Declaración de recomendación del Grupo de Trabajo sobre Servicios Preventivos de Estados Unidos \(en inglés\)](#).

Recursos para el personal y los padres

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

[El flúor](#) (en inglés)

Visite esta página web de la Asociación Dental Estadounidense para obtener información sobre cómo el flúor ayuda a prevenir las caries en los niños y adultos.

[Preguntas frecuentes sobre el flúor y los niños](#)

Encuentre las respuestas de la Academia Estadounidense de Pediatría a sus preguntas acerca del flúor.

[Flúor: suplementos tópicos y sistémicos](#) (en inglés)

Obtenga más información acerca de los suplementos de flúor con estos puntos clave.

Receta de El rincón de la cocina: Calabazas del Día de Acción de Gracias

Ingredientes

2 naranjas pequeñas, como naranjas clementinas o mandarinas
1 tallo de apio

Instrucciones

1. Pele las naranjas.
2. Corte el tallo de apio en tiritas finas.
3. Coloque un palito de apio a presión en el medio de la naranja.

Rinde 2 porciones

Consejo de seguridad: Para evitar lesiones, un adulto debe rebanar los ingredientes.



Manténgase informado

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](#) y conéctese con los colegas de Head Start y de los programas 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 1,500 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 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.