



National Center on  
Health, Behavioral Health, and Safety



Diciembre de 2021 | Publicación nro. 10

## Prevención de lesiones orales

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.

## Prevención de lesiones orales



Las lesiones orales en el rostro y la boca son frecuentes entre los niños pequeños, por lo general como resultado de una caída. Los dientes superiores delanteros se lesionan con mayor frecuencia a causa de tropezones o caídas. También son frecuentes los moretones, cortes o raspones en la boca o cerca de esta.

Consulte la hoja de consejos [Prevención de lesiones orales](#) para descubrir cómo ocurren las lesiones orales frecuentes

y de qué forma pueden afectar los dientes primarios y permanentes de los niños. Infórmese sobre lo que puede hacer el personal de Head Start para evitar que ocurran lesiones orales.

## **Recursos para el personal y los padres**

Comparta estos recursos con el personal y los padres de Head Start para comprender mejor la forma en que ocurren las lesiones orales y las estrategias para prevenirlas.

### [Supervisión activa](#)

La supervisión activa es una estrategia eficaz para crear un entorno seguro y prevenir lesiones en niños pequeños. Esta hoja informativa explica qué es la supervisión activa y cómo mantener a los niños a salvo enseñándoles a las familias y al personal cómo observar, escuchar y participar.

### [Cómo prevenir lesiones en la boca de su niño](#)

Los niños se pueden lesionar la boca cuando se caen, tropiezan, trepan o corren con algo en la boca. Explore este recurso en el que encontrará consejos para prevenir lesiones en la boca de los niños.

## **Receta de El rincón de la cocina: Galletas navideñas**

### **Ingredientes**

10 galletas redondas de harina integral  
2 rebanadas de fiambre cocido bajo en sodio, como carne de res, pollo o jamón  
2 rebanadas de queso cheddar amarillo o blanco bajo en grasa

### **Instrucciones**

1. Coloque las galletas en un plato o bandeja.
2. Corte el fiambre en círculos usando un molde redondo para cortar galletas.
3. Coloque un círculo de fiambre sobre cada galleta.
4. Corte el queso con los moldes para cortar galletas navideñas con forma de árboles, copos de nieve, muñecos de nieve, estrellas y campanas.
5. Coloque una figura de queso sobre el jamón en cada galleta.



**Rinde 5 porciones**

**Consejo de seguridad:** para evitar lesiones, un adulto debe supervisar el uso de los moldes para cortar galletas.

### **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](#) 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 1,500 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](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