



Febrero de 2022 | Publicación nro. 12

Mes Nacional de la Salud Dental Infantil

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. El 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.

Mes Nacional de la Salud Dental Infantil



La adquisición de buenos hábitos de salud oral a una edad temprana y las visitas frecuentes al dentista brindan a los niños un excelente comienzo para una vida con dientes y encías saludables. Siempre es importante para los padres cuidar la salud oral de sus hijos y su propia salud oral para evitar enfermedades orales, y esto es especialmente cierto durante la pandemia de COVID-19.

Febrero es el Mes Nacional de la Salud Dental Infantil y un excelente momento para promover buenas prácticas de

salud oral en los programas Head Start y en el hogar. Utilice los recursos que se encuentran a continuación para generar conciencia en el personal y los padres acerca de la importancia de la salud oral en los niños. Obtenga ideas de actividades educativas y de participación de la familia que se pueden hacer en el salón de clases o de forma virtual.

Recursos para los padres

Comparta estos recursos con los padres y el personal de Head Start para aprender acerca del cuidado de la salud oral de los niños durante la pandemia de COVID-19.

La enfermedad por coronavirus y la salud dental: información para los padres

En el primer folleto, encontrará consejos simples que los padres pueden seguir para que la boca de sus hijos esté saludable. El segundo folleto describe los cambios que muchos consultorios dentales han hecho para reducir el riesgo de propagación del COVID-19 a los pacientes y sus padres.

- [Cómo fomentar la buena salud oral en el hogar](#)
 - [Chino](#)
 - [Tagalo](#)
 - [Vietnamita](#)
- [Visita al consultorio dental](#)
 - [Chino](#)
 - [Tagalo](#)
 - [Vietnamita](#)

[Hábitos sanos para sonrisas felices](#)

Esta serie de folletos brinda consejos simples de salud oral para niños pequeños, personas embarazadas y familias. Explore información acerca del cepillado de dientes, el flúor, la prevención de lesiones orales y la respuesta frente a estas, y más.

[Cepillado de dientes en los programas Head Start durante la pandemia](#)

Analice las estrategias y las mejores prácticas que los programas pueden implementar para reanudar el cepillado de dientes de forma segura en el salón de clases de Head Start.

[Preguntas que hacer cuando busque un consultorio dental](#)

Es fundamental encontrar un consultorio dental que trabaje tanto con padres de familia como con niños. Esta

hoja de consejos brinda preguntas de ejemplo para hacerle al personal del consultorio dental antes de pedir una cita.

Ideas para la participación y educación de las familias

- Utilice [Elija y use: currículos sobre de salud oral de Head Start \(en inglés\)](#) para identificar clases y actividades de enriquecimiento para que el personal les enseñe a los padres de familia y a los niños hábitos de higiene oral para prevenir las enfermedades orales.
- Use actividades de participación de la familia de [Niños sin caries \(en inglés\)](#) o planes de clase individuales de [Salud oral de los niños de Maryland: una guía para los maestros de Head Start para crear sonrisas saludables \(en inglés\)](#) y enséñeles a los padres de familia y a sus hijos acerca de buenas prácticas de salud oral.
- Organice un programa de cocina virtual o en persona para los padres y los niños, en el que se presenten recetas de [El rincón de la cocina: Recetas de refrigerios saludables](#).
- Invite a un dentista o especialista en higiene dental para que hable con los padres de familia y responda sus preguntas.

Receta de El rincón de la cocina: sándwich de queso crema con fresa en forma de corazón

Ingredientes

De 5 a 6 fresas, rebanadas

4 onzas de queso crema bajo en grasa

1 rebanada de pan integral

Instrucciones

1. Ponga el queso crema y las fresas en un tazón. Aplástelos con un tenedor hasta que la mezcla esté suave y rosa.
2. Utilice un molde para cortar galletas de 2 pulgadas con forma de corazón para cortar dos corazones de la rebanada de pan.
3. Utilice un molde para cortar galletas con forma de corazón para cortar un corazón pequeño de uno de los trozos de pan con forma de corazón.
4. Unte la mezcla de queso crema en el corazón más grande y luego tápelo con el corazón más pequeño dejando que se entrevea la mezcla del queso.



Rinde 1 porción

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

Manténgase informado

Por favor, comparta esta publicación con otras personas que pudieran estar interesadas 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 la primera infancia de todo el país para aprender sobre este y otros temas. La comunidad de **Salud, seguridad y bienestar** (Health, Safety, and Wellness) tiene actualmente 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.



[Unsubscribe](#)