



Centro Nacional de
Salud, Salud del Comportamiento y Seguridad

¡Recursos
para hacerte
Sonreír!



Agosto de 2023 | Publicación nro. 30

Hacer hincapié en la salud oral durante las visitas al hogar

Bienvenidos a ¡Recursos para hacerte sonreír! Este boletín mensual destaca información y herramientas que el personal de Head Start puede utilizar para ayudar a las familias a que fomenten una buena salud oral. Estos consejos ayudan al personal de Head Start a apoyar a las familias, las mujeres embarazadas, las personas embarazadas y los niños. 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.

Visitas al hogar



Las visitas al hogar para las familias que esperan un bebé y los padres de niños de hasta 5 años están a cargo de una amplia gama de empleados de Head Start, incluidos trabajadores sociales de la familia, gerentes de salud, docentes y asistentes de maestros. Durante las visitas, los padres y las familias que esperan un bebé obtienen información acerca de los pasos que pueden seguir para mantenerse a ellos y a sus hijos sanos y seguros y apoyar la relación entre padres e hijos.

Los temas frecuentes de salud oral que se analizan durante las visitas al hogar pueden incluir opciones de alimentos sanos, buenas prácticas de higiene relacionadas con la salud oral y la necesidad de hacer visitas periódicas al dentista. Compartir información acerca de la salud oral con los padres y las familias que esperan un bebé enfatiza cuán importante es tener una boca sana para comer alimentos, tener confianza en uno mismo, concentrarse en la escuela y no tener infecciones ni dolor.

Recursos para el personal

Lea estas hojas de consejos de [Póngase al día con la salud oral](#) para descubrir por qué la promoción de la salud oral durante las visitas al hogar es importante. Explore estrategias que el personal de Head Start puede usar para promover una buena salud oral entre los padres, las mujeres embarazadas, las personas embarazadas y los niños.

- [Cómo promover la salud oral durante la visita al hogar](#)
- [Promover la salud oral en los programas Head Start y en el hogar](#)

Explore la [página web sobre los dientes \(en inglés\)](#) de Sesame Workshop para obtener consejos y herramientas para ayudar a los padres y niños a aprender juntos cómo cuidarse los dientes. En esa página web, encontrará artículos, videos, juegos y actividades que enfatizan la importancia de comer alimentos sanos, lavarse los dientes e ir al dentista

Recursos para los padres

[Hábitos sanos para sonrisas felices](#)

Comparta estos folletos acerca de diferentes temas relacionados con la salud oral con los visitantes del hogar. Pueden usarlos con los padres según el tema que pretendan abordar.

Receta de El rincón de la cocina: Batidos de fresa y banana

Ingredientes

- ½ taza de leche baja en grasa o sin grasa
- ⅓ de taza de yogur natural bajo en grasa o sin grasa
- ⅓ de taza de fresas sin el rabito, partidas a la mitad
- ½ banana mediana, pelada y rebanada en trozos
- 4 cubitos de hielo



Instrucciones

1. Coloque todos los ingredientes en una licuadora.
2. Tape la licuadora y licue hasta obtener una mezcla homogénea.

Rinde 2 porciones

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

¡Manténgase conectado!

Únase a [MyPeers](#) para conectarse con los colegas de Head Start y de los programas de la primera infancia de todo el país e intercambiar ideas sobre este y otros temas. Los miembros de la comunidad **Salud, seguridad y bienestar** (Health, Safety, and Wellness) crean redes de cooperación, comparten y aprenden unos de otros. Encuétrela en "Todas las comunidades" (All Communities) y seleccione el botón azul "Registrarse" (Join).

Por favor, comparta este mensaje con colegas que pudieran estar interesados en este tema.

¿Alguien le reenvió este boletín informativo? ¡[Suscríbese](#) y póngase al día!

¡Queremos saber su opinión!

Envíe sus preguntas y comentarios al Centro Nacional de Salud, Salud del Comportamiento y Seguridad a health@ecetta.info o llame sin costo al 888-227-5125.

Oficina de Head Start (OHS) | 330 C Street, SW | 4th Floor Mary E. Switzer Building | Washington, DC 20201 | <https://eclkc.ohs.acf.hhs.gov/es> | 1-866-763-6481 | [Contáctenos](#)

Usted recibe este correo electrónico porque está suscrito a las comunicaciones de la Oficina de Head Start. Puede modificar [sus suscripciones de correo electrónico del ECLKC](#). Los destinatarios suscritos a través del Sistema Head Start Enterprise (HSES, sigla en inglés) deben ser dados de baja del HSES por su programa u oficina. Por favor, no responda a este correo electrónico. [Contacte](#) al servicio de atención al cliente para ayuda adicional.

Las marcas denominativas y los logotipos de Head Start® y Early Head Start® son marcas registradas de propiedad del Departamento de Salud y Servicios Humanos de EE. UU. (HHS, sigla en inglés).