



## Trabajo Fin de Grado

Programa de Salud bucodental en 1º de primaria.

Autor/es

Ana Belén Fuertes Hernández

Director/es

Antonio Hernández Torres

Universidad de Zaragoza/Escuela universitaria de Enfermería de Teruel.

2012

Titulo: Programa de Salud bucodental en 1º de primaria.

Autor: Ana Belén Fuertes Hernández.

Resumen: El presente programa pretende disminuir la prevalencia de la caries, en los niños de 1º curso de Primaria.

Los últimos datos obtenidos son alarmantes, aproximadamente uno de cada tres alumnos de entre 5 y 6 años, ha tenido o tiene caries en dientes temporales. Datos que señalan la importancia de comenzar las medidas preventivas desde una edad temprana, en el ámbito escolar. Lugar en el que la eficacia de la educación se incrementa considerablemente. Para conseguirlo, la educación sanitaria se convierte en la herramienta fundamental de prevención y promoción de la salud bucodental. Una labor de todos, por ello participarán alumnos, profesores y padres.

El programa consta de tres talleres y una jornada familiar. Cada uno de ellos cumplirá un objetivo (conocer los aspectos básicos de los dientes, aprender el cepillado dental correcto, diferenciar los alimentos cariogénicos de los no cariogénicos e informar a los padres).

En un breve tiempo y a un coste mínimo los resultados que se obtienen son buenos, debido al método educativo y a la integración familiar que contempla el programa.

Abstract: This program try to decrease the prevalence of the decay in children who are in the first course of primary school.

Last obtained data are alarming, approximately one out of three pupils between 5 and 6 years old has had decay or has it in their temporary teeth. These data show us the importance to begin with prevent measures since the early age in the school, place where the education's efficiency increase considerably.

To achieve it, the health education is the main tool to prevent and to promote the oral health, a task that everybody has to do, so pupils, teachers and parents will take part in it.

The program will include three works and one familiar day. Each of them will achieve an objective, know the main basic aspects of the teeth, learn how to brush them correctly, know the difference between cariogenic food and no cariogenic food and inform the parents.

In a short time and with a minimum cost, the final results are good, because of the education method and the familiar integration that the program has.

Palabras clave: Caries/ Educación Sanitaria/ Niños/as/ Prevención /talleres.

## INTRODUCCIÓN Y JUSTIFICACIÓN.

La generalización de la caries en la población, la alta prevalencia en escolares y su aparición a una edad temprana, justifican ampliamente el comienzo, en la formación de actitudes y hábitos positivos hacia la salud bucodental en el ámbito escolar, medida preventiva más eficaz. <sup>[1]</sup>

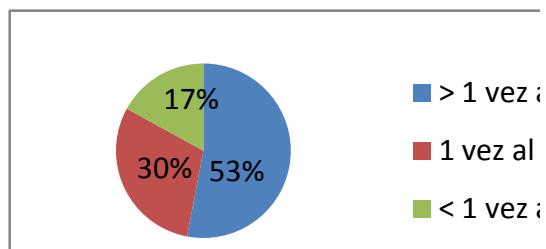
Con la implantación de la nueva etapa de Educación Primaria en los Centros Educativos, los alumnos y alumnas con edades comprendidas entre 6 y 12 años deben alcanzar una serie de objetivos educativos entre los cuales se encuentra el de "conocer y apreciar el propio cuerpo y contribuir a su desarrollo adoptando hábitos de salud y bienestar y valorando determinadas conductas sobre salud y calidad de vida". <sup>[1]</sup>

Escuela y familia deben proporcionar las experiencias y estímulos necesarios para desarrollarlos y consolidarlos. <sup>[1]</sup>

Los datos de salud bucodental de España son preocupantes, aproximadamente uno de cada tres niños de 5 y 6 años tienen o han tenido caries en dientes temporales. Esta frecuencia se mantiene constante, desde el año 1993 hasta el último estudio realizado en el año 2005 (Encuesta de Salud Oral en España en 2005). <sup>[2]</sup>

En los jóvenes de 12 años, la presencia de caries en los dientes permanentes disminuyó entre 1993 y 2000, número que desde entonces se ha estabilizado, siendo afectado uno de cada dos. <sup>[2]</sup>

Respecto a la frecuencia del cepillado, solamente se ha estudiado la población a partir de los 12 años. <sup>[3]</sup>

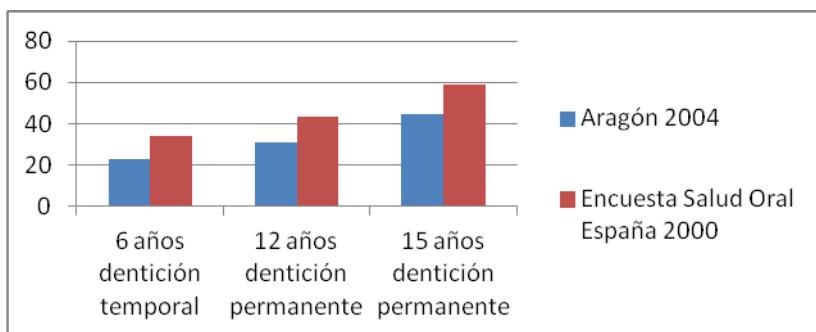


En ello interviene el género, las chicas tienen una frecuencia de cepillado mayor que los chicos, y el nivel económico, siendo los de menor nivel los que utilizan menos el cepillo. <sup>[3]</sup>

En Aragón, la prevalencia global de caries sin tratar o activa, en ambas denticiones (temporal y permanente) es del 23,4% a los 6 años, 34,9% a los 12 años y un 45,2% a los 15 años. <sup>[2]</sup>

La prevalencia de caries activa en la dentición temporal es del 20% a los 6 años, mientras que en la dentición permanente es del 10,1% a los 15 años. <sup>[2]</sup>

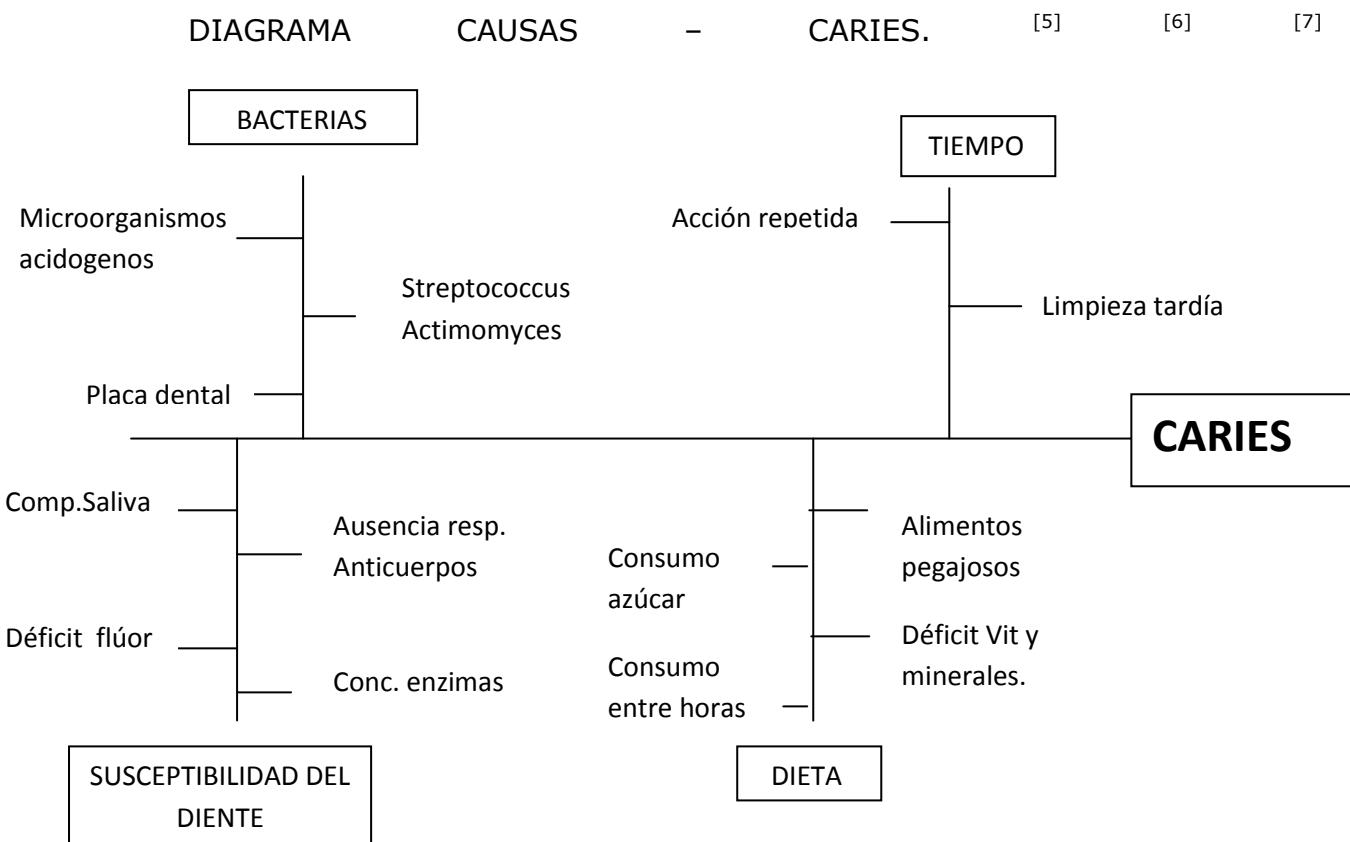
Comparación prevalencia de caries: CC.AA Aragón Y España.



Una frecuencia alta, que puede prevenirse mediante la adopción de una serie de medidas de higiene y alimentación, sencillas de aplicar.<sup>[4]</sup>

Datos que justifican la preocupación que genera en los padres la caries y aspectos relacionados con ella, tales como edad de comienzo del cepillado, número de estos al día y método, relación caries-golosinas y otros muchos aspectos acerca de la dentición de sus hijos.

Los niveles de conocimiento de la población, en relación a la caries son bajos, existiendo desconocimiento sobre los efectos a largo plazo de esta patología y las causas que la origina.<sup>[2]</sup>



El profesional sanitario debe actuar como agente de Educación sanitaria, entre las personas con las que se va a relacionar por su actividad laboral: niños/as, ambiente, profesorado y muy especialmente sus familias. Para enseñar hábitos de Salud, la colaboración entre cuidadores, padres/madres, profesionales de enfermería y centro de Salud de la zona debe ser estrecha. [8]

El Educador sanitario, fomentará la salud de la población escolar y la aceptación de esta como un valor fundamental. Haciendo especial hincapié en aquellos temas que a nivel sanitario, tengan mayor incidencia en la comunidad.

Por otra parte, a través de la educación para la salud, intentará inculcar actividades, conocimientos y hábitos positivos para el crecimiento y desarrollo de los escolares; responsabilizándolos de su propia salud. [8]

### **OBJETIVO PRINCIPAL:**

Elaborar un programa para prevenir la aparición de la caries, en los niños de 1<sup>er</sup> curso de primaria.

### **OBJETIVOS ESPECIFICOS:**

- Explicar los aspectos básicos de los dientes.
- Enseñar la realización de un correcto cepillado dental.
- Potenciar una alimentación sana.
- Informar a los padres/madres la importancia de una salud oral.

## METODOLOGÍA.

El programa de educación para la salud es el más rentable; por las características especiales de los niños, por su gran facilidad para el aprendizaje y por encontrarse en un período de formación física, mental y social con una capacidad excelente para asimilar hábitos. [8]

La metodología a emplear durante el programa se caracteriza por la participación activa del alumno. Se pretende la máxima implicación de todos los componentes: personal de la escuela, padres, componente del equipo de atención primaria del área y, de forma prioritaria, los alumnos; ya que son el centro de todas las actividades de promoción de salud que se van a desarrollar. [8]

La programación se desglosa en los objetivos y la metodología, la cual se basará en el juego y en la participación a través de talleres, clases teórico-prácticas, etc.

Contiene la mayor cantidad posible de actividades, con el fin de que la implicación de todos sea la máxima. [8]

La realización de los tres talleres, se realizará en el aula del colegio, por mayor comodidad para los niños y para la enfermera; ya que se dispone de un espacio, mobiliario, material e infraestructura adecuada.

Previamente concretaremos una cita con el/la director/a del colegio para proponerle nuestro Programa Educativo “*Por una bonita sonrisa*”, así como la aprobación del uso del aula.

Una vez tengamos el consentimiento para realizar los talleres, se pedirá la colaboración al profesorado, los cuales entregarán una carta informativa a cada niño de 1º curso de Primaria, en la cual se explica el Programa Educativo y se adjuntará el consentimiento que deben firmar los padres (ANEXO 1). El profesorado también podrá asistir a los talleres si lo desea. La enfermera recogerá los documentos, según la fecha establecida.

La ejecución de los talleres tendrá lugar los días 5,12 y 19 de Junio de 2012, a las 16 horas. Junio es un mes en el que los alumnos no tienen clases por la tarde y en el caso de que practiquen alguna actividad extraescolar estas tienen comienzo a las 17 h, lo que no supone ningún impedimento. La duración no será superior a 45 min, no debemos olvidar que los sujetos de nuestro programa son niños de 6-7 años y no es productivo tenerlos más tiempo, su capacidad de atención va disminuyendo.

Para concluir el Programa “*Por una bonita sonrisa*”, se realizará una jornada de padres el sábado 23 de Junio de 2012. La cual tendrá comienzo a las 12 h, en el salón de actos de colegio y finalizará con un aperitivo.

Los tres talleres son:

1. Conoce tu boca.
2. El cepillo quiere ser tu amigo, déjale.
3. Comer bien es divertido.

## **DESARROLLO.**

### **TALLER Nº: 1**

**TITULO:** CONOCE TU BOCA.

**OBJETIVO:** Explicar los aspectos básicos de los dientes y su importancia.

**FECHA Y HORA:** 5, Junio de 2012 a las 16h.

**PERSONAL:** Enfermera, alumnos, profesorado.

**LUGAR:** Aula del colegio.

**DURACIÓN:** 45 min.

**ESTRUCTURA:** 5 ´ Presentación de la enfermera y alumnos.

15 ´ Explicar partes cavidad oral y nº piezas.

15 ´ Explicar funciones dientes y ficha. (ANEXO 2)

10 ´ Explicar y realizar la tinción de la placa dental.

**MATERIAL:** Boca gigante (prestada por Sanidad).

Fichas. 3€

Lápices de colores. 5€

Pastillas reveladoras de placa dental. 15€

Espejo. 2€

**PRESUPUESTO TOTAL:** 25€

**JUSTIFICACIÓN:** Los alumnos deben conocer la estructura de la boca y lo importante que es su cuidado, por ello tras finalizar cada explicación, realizarán una ficha relacionada con los contenidos impartidos. La cual reforzará, facilitará la consulta de dudas y hará que los niños aprendan de forma divertida.

Al finalizar la clase, se explicará el proceso de la tinción de la placa dental y se llevará a cabo. Los niños observarán como sus dientes se tiñen de rojo (debido al tinte de las pastillas), las cuales habrán llevado unos segundos por la boca.<sup>[9]</sup>

El motivo de realizarla al final de la sesión, es para que los alumnos se vayan a casa con interés por la próxima clase y para que los padres observen la importancia de la higiene bucodental, al ver a sus hijos con los dientes rojos.

## TALLER Nº: 2

**TITULO:** EL CEPILLO QUIERE SER TU AMIGO, DEJALE.

**OBJETIVO:** Enseñar a realizar un correcto cepillado de dientes.

**FECHA Y HORA:** 12, Junio de 2012, a las 16h.

**PERSONAL:** Enfermera, alumnos, profesorado.

**LUGAR:** Aula del colegio.

**DURACIÓN:** 45 min.

**ESTRUCTURA:** 10 ´ Recordatorio de la relación placa- diente.

15 ´ Demostración cepillado dental con boca gigante.

10 ´ Realización del cepillado dental por parte alumnos.

10 ´ Fabricación de un sujetacellos. (ANEXO 3)

**MATERIAL:** Boca y cepillo gigante (prestada por Sanidad).

Fichas. 7€

Lápices de colores del día anterior.

Cepillos y pasta de dientes (patrocinada por casa comercial).

Vasos de plástico y servilletas. 3€

**PRESUPUESTO TOTAL:** 10 €

**JUSTIFICACIÓN:** El motivo de realizar la tinción de la placa dental el día anterior, es para que ellos mismos observen, la mayor causa de la caries (placa dental). Difícil de ver, porque su color natural es blanquecino como el diente.<sup>[9]</sup>

La explicación del correcto cepillado se realizará con la boca y cepillo gigante (para captar más la atención de los niños), la técnica del cepillado será explicada despacio y claramente. (ANEXO 4)

Tras la explicación se realizarán pequeños grupos, y mientras unos niños practican el cepillado, otros comenzarán a fabricar el sujetacellos y así sucesivamente. Los niños se irán a casa contentos, con una nueva creación lo que motivará a que coloquen allí su nuevo cepillo (regalo de las casas comerciales) y por lo tanto lo usen.

Previamente nos habremos puesto en contacto con las casas comerciales, para mostrarles nuestro proyecto y darles la posibilidad de colaborar. Aportando cepillos y dentífricos; lo cual es beneficioso para ambas partes, nosotros ahorramos y ellos obtienen publicidad. (ANEXO 5)

## TALLER Nº: 3

**TITULO:** COMER BIEN, ES DIVERTIDO.

**OBJETIVO:** Potenciar una alimentación sana.

**FECHA Y HORA:** 19, Junio de 2012, a las 16h.

**PERSONAL:** Enfermera, alumnos, profesorado.

**LUGAR:** Aula del colegio.

**DURACIÓN:** 45 min.

**ESTRUCTURA:** 10 ´ Explicar los alimentos cariogénicos y no cariogénicos.

30 ´ Yincana resumen de las 3 sesiones clínicas.

- Separar alimentos. En una mesa tendrán los diferentes alimentos (frutas, caramelos, leche, galletas, sugus, chocolate, lentejas...), tendrán que separarlos según su poder cariogénico. [9]
- Puzzle prevención caries. (ANEXO 6)
- Señalizar las diferentes partes de la cavidad oral. En una cartulina plastificada, habrá una boca dibujada en la que tendrán que pegar los nombres de las diferentes estructuras correctamente. (ANEXO 7)
- Reparto calendario higiene (ANEXO 8)

### MATERIAL

Fichas y cartulinas. 10€

Alimentos. 10€.

### PRESUPUESTO TOTAL: 20€

**JUSTIFICACIÓN:** Para cuidar la salud bucodental, lo mejor es mantener una alimentación variada y equilibrada. Es especialmente importante reducir el consumo de alimentos azucarados (dulces, caramelos, bollería, refrescos y bebidas azucaradas). Es preferible tomarlos durante las comidas y cepillarse después los dientes. Para el almuerzo y la merienda lo mejor es tomar frutas, frutos secos o bocadillos. [9]

## JORNADA FAMILIAR

**OBJETIVO:** Informar a los padres la importancia de la salud oral.

**FECHA Y HORA:** 23, Junio de 2012, a las 12 h.

**PERSONAL:** Enfermeras, alumnos, profesorado, padres/madres/tutores.

**LUGAR:** Salón de actos del colegio, patio del colegio.

**DURACIÓN:** 2h 30min.

**ESTRUCTURA:** 30 ´Charla: Aspectos más importantes salud oral (padres).

10 ´Ruegos y preguntas.

5 ´ Reparto tríptico.(ANEXO 9)

\*Mientras los padres están en la charla, los niños estarán en el patio con una segunda enfermera (a la cual habremos pedido su colaboración) , fabricando disfraces de dientes con cartón y aprenderán las canción del Diente sano.(ANEXO 10)

A las 13h, dará comienzo un aperitivo con alimentos sanos (frutas, empanadas, tortilla de patata, zumos naturales, etc.)

### MATERIAL

Bolsas de basura, cartones (disfraz). 10€

Alimentos. 60€.

### PRESUPUESTO TOTAL: 70€

**JUSTIFICACIÓN:** Los adultos tienen un papel fundamental, para que los niños adquieran hábitos de vida saludables. Por ello en la charla se explicarán las medidas preventivas y se recomendará la visita al especialista una vez al año y siempre que exista herida, dolor, traumatismo o inflamación y nuestro país es uno de los que menor índice de restauración tiene.<sup>[10]</sup>

La jornada tendrá lugar en sábado, para aumentar la asistencia de los padres. No tendrán que preocuparse por sus hijos; ya que al taller de disfraces podrán asistir tanto los alumnos del Programa “*Por una bonita sonrisa*”, como sus respectivos hermanos/as.

El aperitivo clausurará el Programa educativo. Preparado por las enfermeras previamente al comienzo de la jornada, como gesto de agradecimiento a los asistentes.

## CRONOGRAMA.

# 2011

octubre 2011							noviembre 2011							diciembre 2011							
lu	ma	mi	ju	vi	sa	do	lu	ma	mi	ju	vi	sa	do	lu	ma	mi	ju	vi	sa	do	
					1	2									1	2	3	4			
3	4	5	6	7	8	9	7	8	9	10	11	12	13	5	6	7	8	9	10	11	
10	11	12	13	14	15	16	14	15	16	17	18	19	20	12	13	14	15	16	17	18	
17	18	19	20	21	22	23	21	22	23	24	25	26	27	19	20	21	22	23	24	25	
24	25	26	27	28	29	30	28	29	30					26	27	28	29	30	31		
31																					

Vertex42.com

Noviembre- Diciembre: Recogida información.

# 2012

enero 2012							febrero 2012							marzo 2012						
lu	ma	mi	ju	vi	sa	do	lu	ma	mi	ju	vi	sa	do	lu	ma	mi	ju	vi	sa	do
					1			1	2	3	4	5			1	2	3	4		
2	3	4	5	6	7	8	6	7	8	9	10	11	12	5	6	7	8	9	10	11
9	10	11	12	13	14	15	13	14	15	16	17	18	19	12	13	14	15	16	17	18
16	17	18	19	20	21	22	20	21	22	23	24	25	26	19	20	21	22	23	24	25
23	24	25	26	27	28	29	27	28	29					26	27	28	29	30	31	
30	31																			
abril 2012							mayo 2012							junio 2012						
lu	ma	mi	ju	vi	sa	do	lu	ma	mi	ju	vi	sa	do	lu	ma	mi	ju	vi	sa	do
					1			1	2	3	4	5	6		1	2	3			
2	3	4	5	6	7	8	7	8	9	10	11	12	13	4	5	6	7	8	9	10
9	10	11	12	13	14	15	14	15	16	17	18	19	20	11	12	13	14	15	16	17
16	17	18	19	20	21	22	21	22	23	24	25	26	27	18	19	20	21	22	23	24
23	24	25	26	27	28	29	28	29	30	31				25	26	27	28	29	30	
30																				

Enero- Febrero: Elaboración proyecto.

Marzo: Revisión del proyecto.

Abril: Propuesta Director/a colegios Programa Educativo.

Mayo (2-5): Entrega y recogida cartas padres respectivamente.

Mayo (21 al 31): Preparación material.

Junio (5-12-19): Realización sesiones clínicas ,y evaluación alumnado.

Junio (23): Jornada familiar.

## LIMITACIONES Y SESGOS.

- Las casas comerciales de los productos de higiene bucodental, no aporten el material necesario, lo cual incrementaría el presupuesto.
- Los colegios no presten sus aulas, lo cual conllevaría la búsqueda de un local, con los consiguientes gastos e inaccesibilidad que podría ocasionar.
- La participación de niños extranjeros (que no entiendan el castellano correctamente). Podría ralentizar el ritmo y no cumplir los objetivos planteados para cada taller.
- Falta de asistencia en algún taller.

## PROBLEMAS ÉTICOS.

Para la realización del Programa se pedirá el consentimiento a la dirección del colegio, al igual que a los padres de los participantes, los cuales tendrán que firmar el consentimiento de asistencia, tras haber sido informados del contenido del programa.

## PRESUPUESTO FINAL.

El presupuesto total del Programa Educativo es de **225€** aprox. Un presupuesto mínimo; en él se incluyen los materiales necesarios para los talleres (125€), imprenta (50€), material fungible (30€) y factura telefónica (20€).

El resto de material necesarios (ordenador, internet, teléfono, coche,...) son propios del autor del proyecto.

## EVALUACIÓN.

El Programa “*Por una bonita sonrisa*”, tiene como finalidad disminuir la incidencia de la caries. Lo cual no se podrá valorar hasta el paso de 1 año, mediante la revisión que realice el dentista y en la cual no se observen signos de caries, ni indicios de ellas. Nos indicará que los niños adquirieron, los hábitos saludables que se transmitieron en los tres talleres realizados.

No obstante, en el último taller con la Yincana se evaluarán los siguientes criterios:

- Comprendión del proceso de la caries.
- Realización de un correcto cepillado dental.
- Diferenciación de los alimentos perjudiciales y no perjudiciales para el diente.

## **CONCLUSIÓN.**

Realizando una comparación con otros Programas Educativos es adecuado:

- El diseño del estudio ha seguido una referencia criterial, estableciendo unas metas claras. [11]
- La escuela multiplica la eficacia de cualquier actividad de Educación para la Salud Bucodental, debido a que permite actuar sobre una etapa de formación de hábitos y facilita el contacto con profesores y padres. [12]
- Los talleres tratan los aspectos principales para prevenir la caries. [13]
- Participación familiar. La promoción de la salud es una estrategia que implica una participación estrecha de todos. [14]

El programa es breve y muy efectivo, en poco tiempo se consiguen unos resultados muy buenos. Gracias a la integración familiar, para que las pautas impartidas se refuerzen en el hogar. Al igual que en los colegios, donde se da la posibilidad a los educadores de participar. Por tanto a un coste mínimo se ofrecen unos conceptos que garantizan una buena salud bucodental y se aumenta la relación de la enfermería con su población. [15]

## **REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.**

- 1.Gutiérrez García JJ. Guía de Salud Bucodental para maestros.1ª ed. Murcia: Erudio; 1992.
- 2.Gobierno de Aragón. Encuesta de Salud Bucodental en Escolares en Aragón. 1º ed. 2004.
- 3.Duque de Estrada Riveran J, Rodríguez Calzadilla A, Cautín Marie, Riveron Herrera F. Factores de riesgo asociados con la enfermedad caries dental en niños. Scielo [revista on-line]2003 mayo-agosto. [acceso 8 de marzo de 2012]; 40(2). Disponible en:  
[http://scielo.sld.cu/scielo.php?pid=S003475072003000200001&script=sci\\_arttext&tlang=es](http://scielo.sld.cu/scielo.php?pid=S003475072003000200001&script=sci_arttext&tlang=es)
- 4.Departamento de Salud y Consumo. Dientes sanos.2003. p.5.
- 5.Arasa H, Dieste L, Echeverri A.I, Renales I. Programa de Salud Bucodental. 1ª ed. Zaragoza: Diputación General de Aragón; 1991. P. 9-30.
- 6.Barberia E. Atlas de odontología infantil para Pediatras y Odontólogos. 1ª ed. Madrid: Ripano; 2005. p. 147-167.
- 7.Gonzalez V.L. Educación dental Infantil: Guía para los que se dedican a la enseñanza y al cuidado de los niños.1ª ed. Junta de Andalucía. Consejería de Salud; 1991. p.27-29.
- 8.Sánchez Moñino T. Educación para la salud en la educación no universitaria. La figura del profesional sanitario en los centros de en los centros de enseñanza. Enfermería Global [Revista on-line].2002 [acceso el 12 de Marzo de 2012]; 1(1): [14p]. Disponible en:  
<http://digitum.um.es/xmlui/bitstream/10201/23865/1/690-3218-4-PB.pdf>
- 9.Junta de Castilla y León. Consejería de Sanidad y Bienestar Social. Programa de Salud Buco-Dental. 3ª ed. Heraldo de Zamora;1993.
- 10.Mora León L, Martínez Olmos J. Prevalencia de caries y factores asociados en niños de 2-5 años de los Centros de Salud Almanjáyar y Cartuja de Granada capital. Aten Primaria. 2000; 26(6): 398-404.
- 11.Perez Juste R. Modelos y metodologías para la evaluación. En: Etxebarria J, Tejedor J. Evaluación de Programas Educativos. 1ª ed. Madrid: La Muralla; 2000. P.97-106.
- 12.Ruiz Lázaro PJ, Ruiz Lázaro PM. Una nueva posibilidad de educación para la salud: en el tiempo libre. Aten Primaria.1998; 21 (5): 324-30.

13.Fernández IC, Fernández MI. Plan Educativo Sobre Prevención de Caries, en Base al Nivel de Conocimiento en niños de 5 y 6 años del preescolar del colegio las fuentes, barquisimo, estado Lara. Redine-Ucla [Revista on-line]. 2011 junio-octubre.[acceso 13 de marzo de 2012]; 21 (1). Disponible en:  
<http://www.ucla.edu.ve/viacadem/redine/RevistaEREDINE/TrabajosTodos/PRevVol2N22011PDF.pdf>

14.Chacón Blanco A. Educación para la Salud. Innovación y Experiencias Educativas [revista on-line] 2010 enero.[acceso 14 de marzo de 2012];26. Disponible en:  
[http://www.csicsif.es/andalucia/modules/mod\\_ense/revista/pdf/Numero\\_26/AFRICA\\_CHACON\\_1.pdf](http://www.csicsif.es/andalucia/modules/mod_ense/revista/pdf/Numero_26/AFRICA_CHACON_1.pdf)

15.Ramallo Veríssimo M<sup>a</sup> de la O, Sigaud CH de S, Rezende MA. Integración de la promoción de la Salud y el desarrollo infantil. Enfermería Global [Revista on-line]. Mayo 2007. [acceso 17 de Abril de 2012]; 10. Disponible en:  
<http://revistas.em.es/eglobal/article/download/251/243>

## **ANEXO-1**

### POR UNA BONITA SONRISA

Fecha

Estimado Padre/Madre o Tutor.

Escribo para informarle del Programa Educativo "Por una bonita sonrisa", impartido por .....enfermera de..... Diseñado para disminuir las caries en los niños.

Mediante la realización de tres talleres los días 5, 12, 19 de Junio a las 16 horas, en el aula del colegio. Los cuales tendrán una duración de 45 min.

Para finalizar el programa, el día 23 de Junio a las 12 h, se realizará una jornada familiar, con una charla para los padres/madres/tutor, mientras los niños tienen actividades. Concluyendo el programa con un aperitivo.

El propósito del programa es que conozcan las estructuras de la boca, la importancia de un cepillado dental correcto y la alimentación que ayudara a mantener un estado de salud oral optima.

En caso de dudas, ponerse en contacto en este teléfono 000000.

Un saludo.

Atentamente:

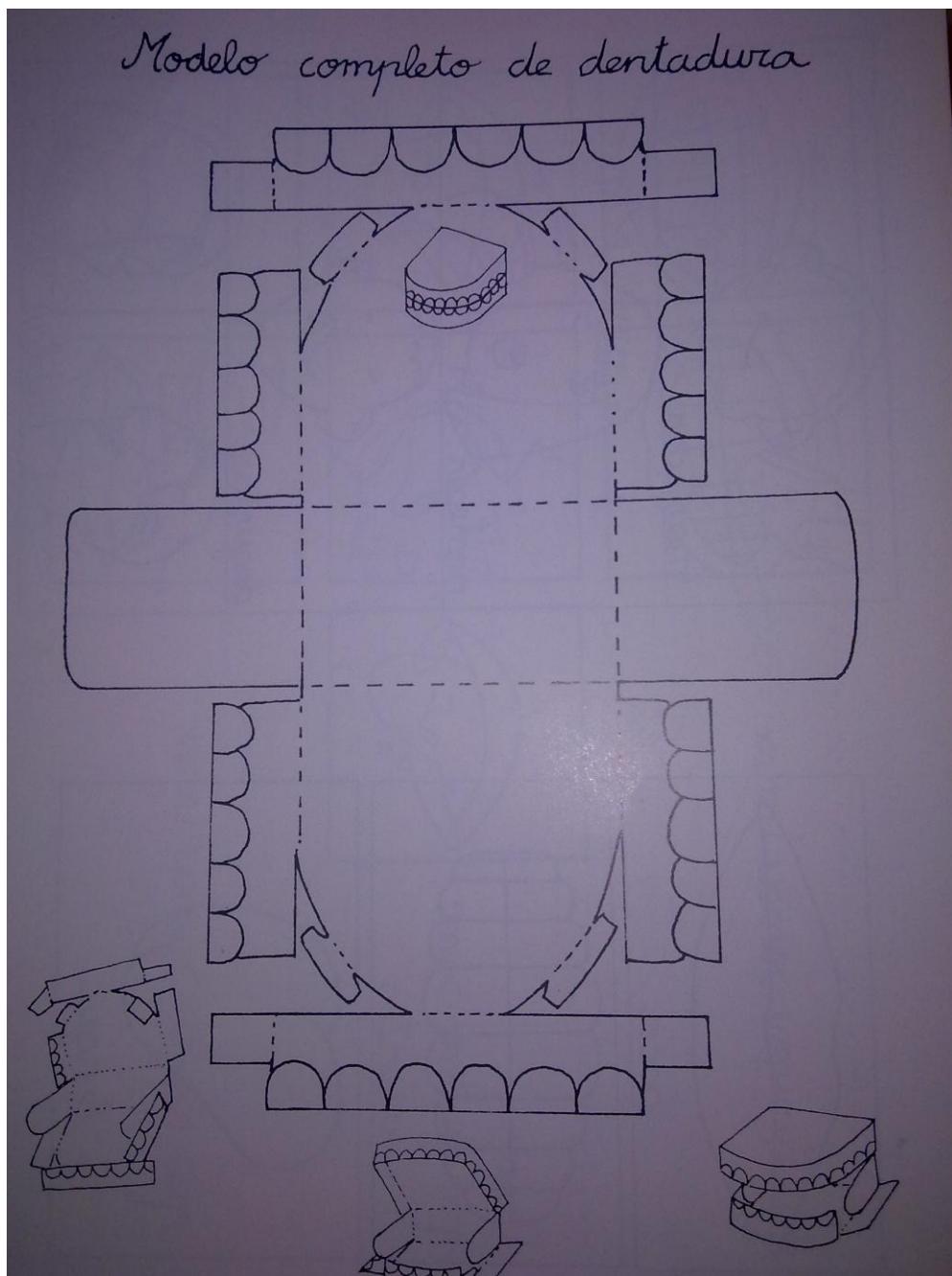
---

Don/ña \_\_\_\_\_ padre/madre/ tutor, del  
alumno \_\_\_\_\_ autorizo a mi hijo/a  
para que asista al Programa Educativo *Por una bonita sonrisa!!* Que tendrá  
lugar los días 5, 12, 19 de Junio en el colegio\_\_\_\_\_

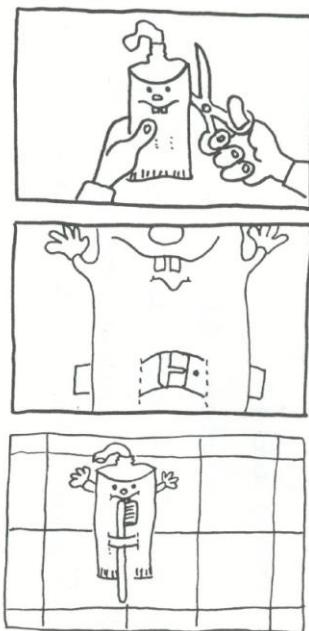
Fecha:

Fdo.

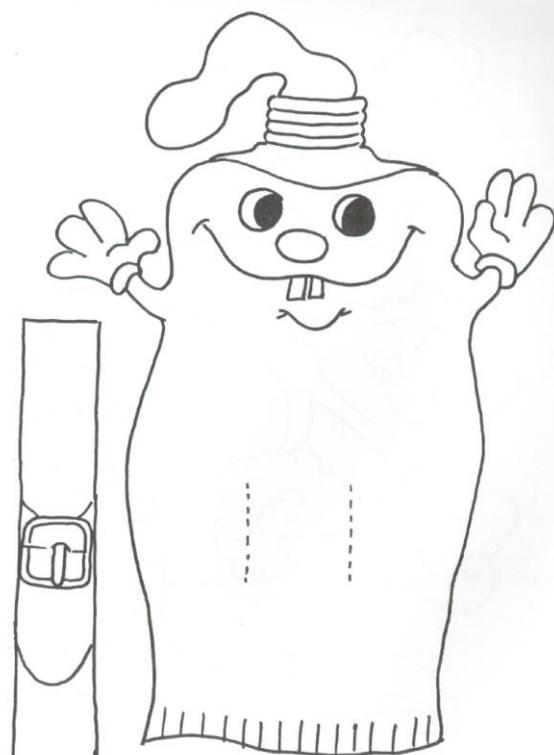
**ANEXO-2.**



**ANEXO-3.**



Construye un bonito portacepillo.



## ANEXO-4.



**ANEXO-5.**

ENFERMERIA  
C/ Av. América nº1  
44002- TERUEL  
Tfno: 0000000

CEPILLOSDI.S.A

Teruel, 15 de Marzo, de 2012.

Me dirijo a usted personalmente con el fin de ponerle en conocimiento del Programa Educativo “*Por una bonita sonrisa*”, el cual tendrá lugar en Teruel el próximo mes de Junio de 2012.

El objetivo del programa es disminuir la caries en los niños de 1<sup>er</sup> Curso de Primaria, para ellos se realizarán unos talleres en los que se hará especial hincapié en la higiene de los niños.

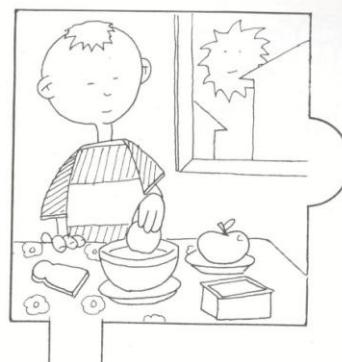
Por ello, le solicito su colaboración, mediante la aportación de material de higiene oral para la realización de los talleres.

Quedo a su disposición para cualquier duda o sugerencia que tenga y le invito a estudiar mi caso personalmente.

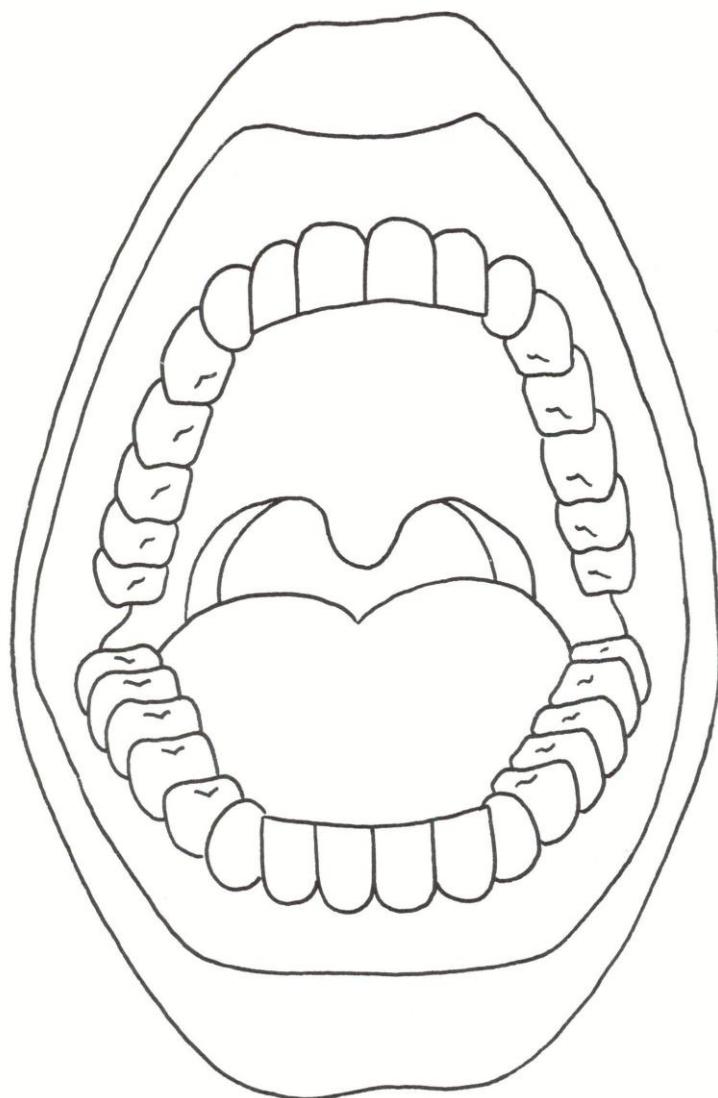
Un saludo afectuoso

ENFERMERIA.

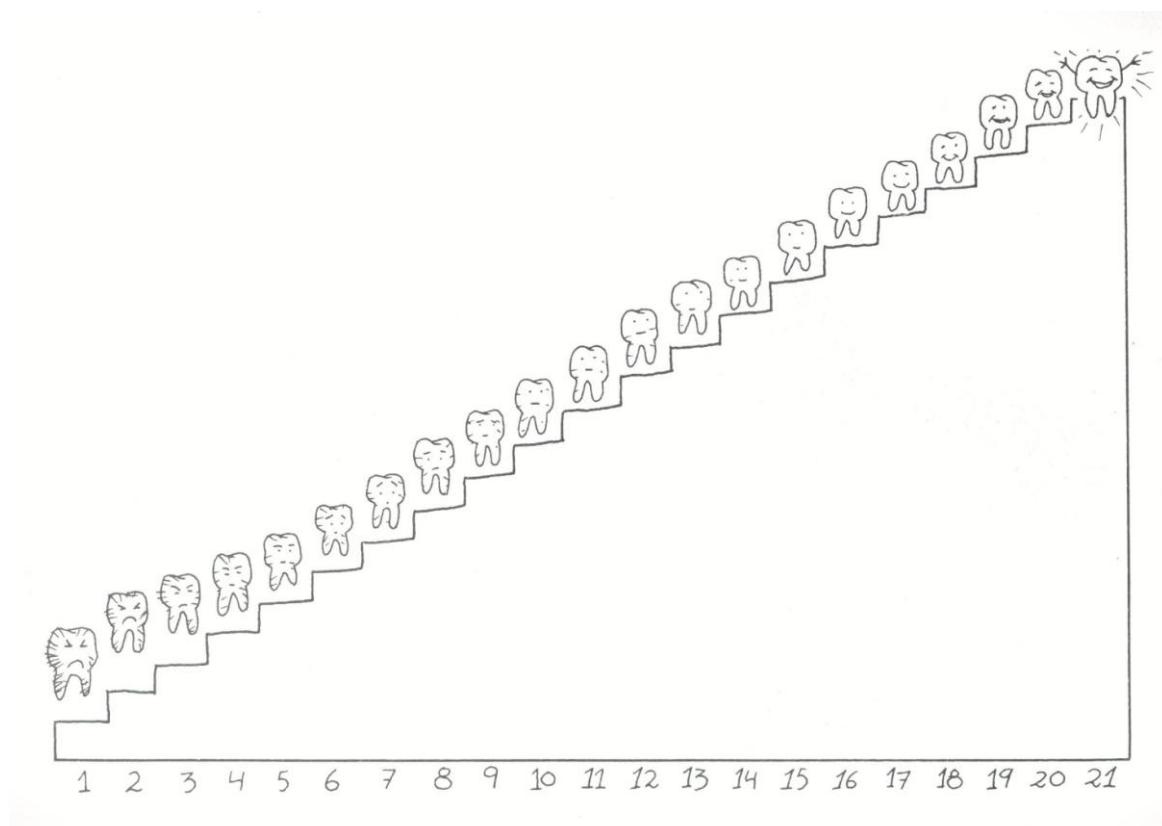
**ANEXO-6.**



**ANEXO-7.**

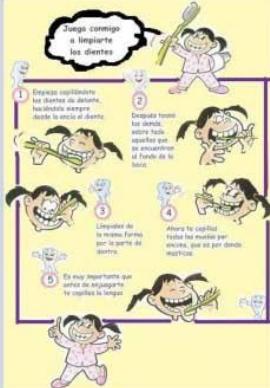


**ANEXO-8.**



## ANEXO-9.

**COMO CEPILLAR LOS DIENTES.**



**Y RECUERDE:**

- Cepillar los dientes después de cada comida.
- Las frutas, frutos secos o bocadillos son el mejor alimento para el almuerzo y la merienda.
- Valorar, reconocer y reforzar positivamente los logros y esfuerzos del niño en su higiene dental.
- Visitar al dentista una vez al año y siempre que exista dolor, herida, traumatismo o inflamación en diente o encía.



**POR UNA BONITA SONRISA.**



**PREVENCIÓN DE LA CARIOSIS EN LOS NIÑOS Y NIÑAS DE 1º CURSO DE PRIMARIA.**

La salud bucodental debe cuidarse desde una edad temprana, momento en el que las medidas de prevención son muy eficaces.

Para que la Educación para la Salud Bucodental sea efectiva, las familias tienen que colaborar en los hogares, reforzando las actividades de los más pequeños.



**EL CEPILLO, UN NUEVO AMIGO!!**

El cepillo elimina la placa bacteriana y los restos de alimentos causantes de la caries.



-2min por cepillado.  
-No me pongas mucha pasta.  
-Cámbiate cada 3 meses.  
-Elige a un diente pequeño.



**COMER SANO, ES DIVERTIDO!!**

Mantener una alimentación variada y equilibrada es esencial para cuidar la salud bucodental.

-Reducir el consumo de alimentos azucarados (dulces, caramelos, bollería, refrescos y bebidas azucaradas).

**ANEXO-10.**

## Canción del Diente Sano

Los dientes de la boca  
te hacemos saber,  
no nos gusta el azúcar  
una y otra vez.  
Chuches, caramelos,  
me irritan a mí,  
más si te los tomas,  
antes de dormir.



Leche, queso, huevos,  
arroz y yogur,  
frutas y verduras,  
carne y pescadito,  
ricas ensaladas  
con buen aceitito,  
prefiero, nos gustan más,  
que un pastelito.



Cuidado con las caries,  
las bacterias, los flemones,  
cepilla cada día con flúor  
nuestros rincones.  
Restos entre dientes,  
con seda dental se van,  
y una dieta equilibrada  
también nos ayudará.



Visita al dentista,  
sin miedo, con buen humor,  
es amigo de los dientes  
y también su protector.  
Este buen consejo  
repite a tu familia,  
verás que tus dientes,  
más sanos estarán.

