



SALUD BUCAL

ACTIVIDADES DE APOYO

GUÍA DEL DOCENTE

INTRODUCCIÓN

Para que estos aprendizajes se concreten se acompañan las guías elaboradas por profesionales especialistas en el tema con una proyección y un conjunto de actividades que los docentes pueden trabajar en las aulas de manera participativa, así el alumno se convierte en el verdadero protagonista de la acción y el constructor de su aprendizaje. También hay actividades para trabajar en casa con la familia, responsable primera de la educación de nuestros niños.

Cada actividad recomendada para el alumno parte de su nivel madurativo y de la realidad en la que vive y que le es significativa, procurando estimular su capacidad reflexiva y de observación para la resolución de situaciones problemáticas, para ampliar sus horizontes y brindarle nuevas posibilidades para su vida comunitaria. A su vez intenta estimular aquellas habilidades cognitivas que están en la base del aprendizaje (atención, percepción, memoria, pensamiento, lenguaje, razonamiento espacial, secuencias temporales, etc.) a fin de insertarse en el trabajo áulico cotidiano sin interferirlo y además estimulando a los alumnos con dificultades.

Estas actividades no deben aplicarse necesariamente en una clase luego de ver la proyección, sino que pueden ser incluidas durante las semanas siguientes de trabajo áulico, posibilitando la asimilación progresiva.

Presentamos esta guía del docente como una hoja de ruta en el camino emprendido esperando acompañarlos en la tarea.

Educación para la Salud



ACTIVIDAD N°1:

Los hábitos en general se logran cuando la acción que la persona realiza se torna significativa. Entonces se incorpora a la vida cotidiana sin ser una obligación o representar un esfuerzo.

La repetición de los pasos necesarios para una acción global ayuda a mecanizar el acto, haciéndolo habitual.

Nivel sugerido: educación inicial, y primario.

Objetivos específicos

Que el alumno:

- aprenda la manera correcta de llevar a cabo la higiene dental.
- desarrolle el hábito del lavado de dientes luego de cada comida y al levantarse y acostarse.

Ejercicio

Enseñar el cepillado de dientes.

Se pueden entregar cepillos de dientes y se pide a los niños que imiten los dibujos. La docente leerá las instrucciones de una lámina.

Los niños llevarán a casa las instrucciones y las deberán trabajar con sus padres.

<p>Primero tenés que cepillarte los dientes por fuera, desde atrás hacia adelante (entre la encía y el diente a 45°).</p>		
<p>Después tenés que cepillarlos por la parte "arrugadita" por la parte que usas para morder los alimentos.</p>		
<p>Luego tenés que cepillar la parte de adentro de los dientes con movimientos hacia arriba y hacia abajo (45°).</p>		
<p>Y por último tenés que cepillarte suavemente la lengua desde atrás hacia adelante.</p>		

Pasar entre 10 y 15 veces por cada cara del diente (suave y ordenado), de esta manera no lesionamos los tejidos blandos (encía) y duros (esmalte) de la cavidad oral, evitando olvidarnos de pasar por alguna cara del diente.



Esto lo tenés que hacer cuando te levantás, cuando te acostás y después de comer por supuesto.

ACTIVIDAD N°2:

Para que un aprendizaje sea asimilado debe tener significado para el niño. El conocer sobre sus dientes, estructura y características ayuda a reforzar la idea del cuidado de los mismos.

Nivel sugerido: primario y secundario (primeros años)

Objetivo

Que el alumno:

- conozca la estructura y características de sus dientes.

Ejercicio

Pinta las siguientes láminas. No olvides leer lo que te explican sobre tus dientes.

LÁMINA N°1

La Estructura de los dientes

Todos los dientes no son iguales. Tenemos dientes de varias formas para permitirnos comer diferentes clases de comida. Los diferentes tipos de dientes tienen distintas funciones en la masticación.

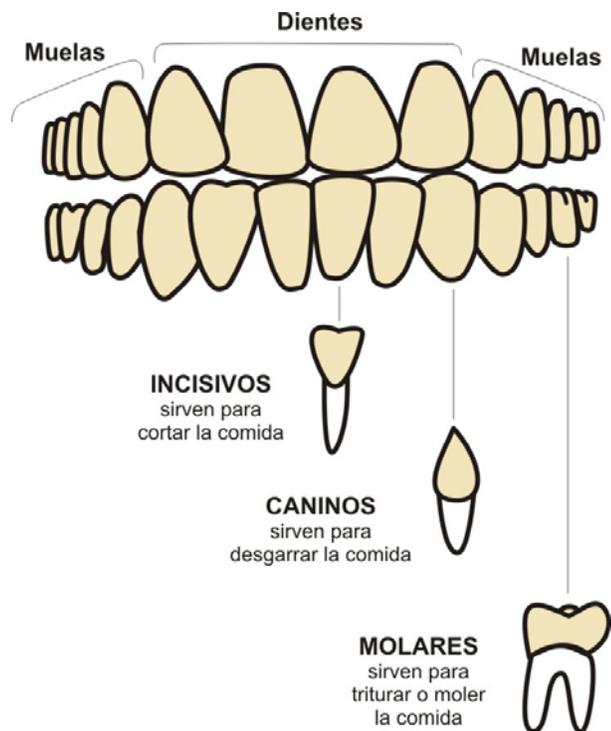
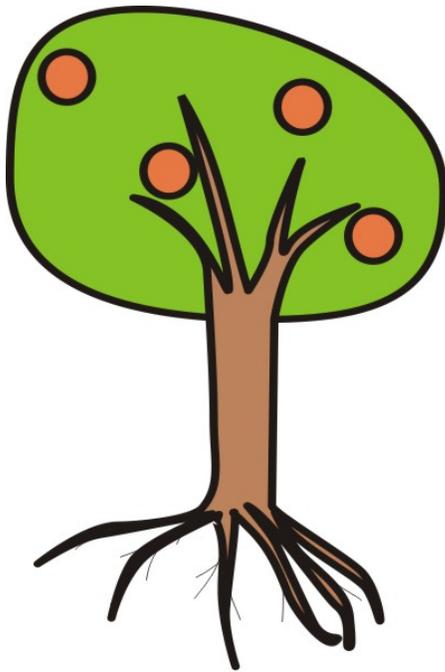




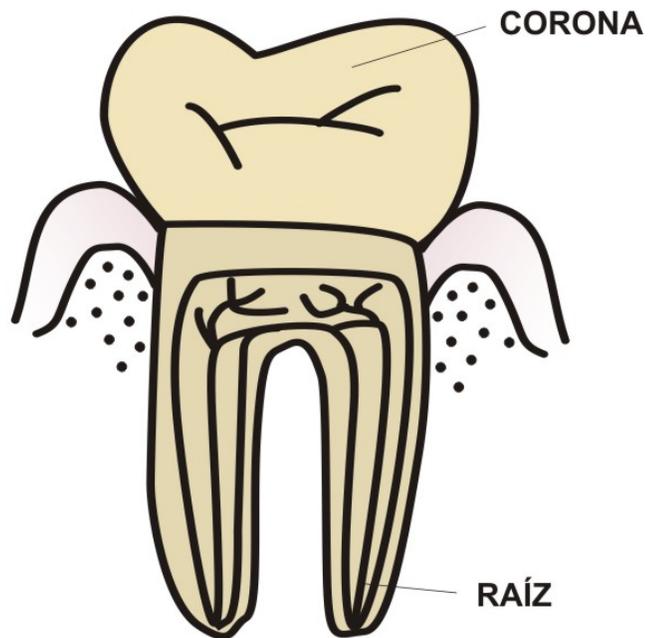
LÁMINA N°2

La Estructura de los Dientes

Al mirar en la boca, solamente se puede ver la parte superior de cada diente (corona). La parte inferior, la raíz, está dentro del hueso, como el árbol se agarra de la tierra.



ÁRBOL

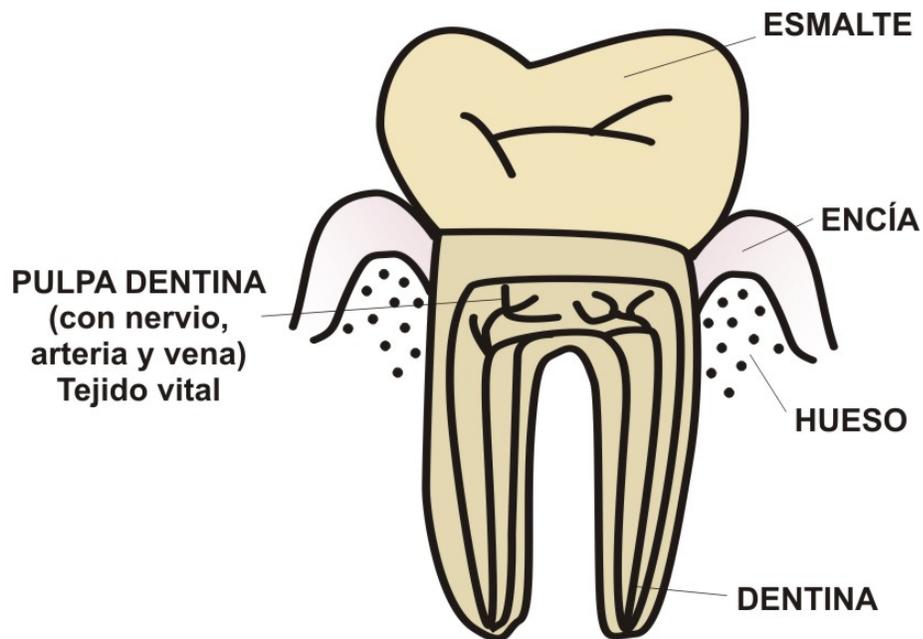


DIENTE O MUELA

LÁMINA N°3

La Estructura de los Dientes

Los dientes y las muelas son partes vivas del cuerpo humano. Adentro de la raíz de cada diente, hay una arteria y un nervio. La arteria trae sangre para alimentar el diente. El nervio viene del cerebro y lleva la sensación del dolor. Cuando la caries destruye el esmalte y la dentina del diente al llegar al nervio, causa dolor (sensibilidad).



Si los niños están en nivel inicial o en primer ciclo el docente explica las láminas que han pintado, poniendo énfasis en los textos que acompañan los dibujos.

Para los más grandes la actividad continúa de la siguiente manera:

Actividades de comprensión:

1 – Une con flechas

Dientes caninos	Sirven para moler o triturar la comida.
Dientes incisivos	Sirven para desgarrar la comida.
Molares	Sirven para desgarrar la comida.

Dientes caninos	Sirven para moler o triturar la comida.
Dientes incisivos	Sirven para desgarrar la comida.
Molares	Sirven para desgarrar la comida.

2 – Compara las características de estructura de árboles y dientes. ¿En que se parecen? (Lámina n°2)

	
 _____	 _____
 _____	 _____
 _____	 _____
 _____	 _____
 _____	 _____

3 – Completa el texto (Lámina n°3)

“Los y las son partes vivas del cuerpo humano. Adentro de la de cada diente, hay una y un La arteria trae sangre para alimentar el diente. El nervio viene del cerebro y lleva la sensación del dolor. Cuando la destruye el y la del diente al llegar al nervio, causa dolor.”

ACTIVIDAD N°3:

Para que un aprendizaje sea asimilado debe tener significado para el niño. El conocer sobre la utilidad de los dientes y las muelas ayuda a reforzar la idea del cuidado de los mismos.

Nivel sugerido: primario.

Objetivo

Que el alumno:

- conozca sobre la utilidad de dientes y muelas para reforzar la idea del cuidado de los mismos.

Ejercicio

A continuación encontrarás varias oraciones, di si estas “de acuerdo” o “en desacuerdo”. Explica el por qué.

1. No necesitamos los dientes para comer, podemos ingerir la comida hecha papilla o pasada por la licuadora.



Estoy de acuerdo

Porque

.....



No estoy de acuerdo

2. Se puede masticar y digerir mejor la comida si la dentadura está completa.



Estoy de acuerdo

Porque

.....



No estoy de acuerdo

3. La lengua y los labios tocan los dientes para hacer sonidos y permitirnos hablar. Una dentadura sana me ayuda a hablar mejor.



Estoy de acuerdo

Porque

.....



No estoy de acuerdo

4. Una infección en una muela NO puede llegar a otras partes del cuerpo y causar enfermedades.



Estoy de acuerdo

Porque

.....



No estoy de acuerdo

5. Dientes bonitos nos ayudan a sentirnos felices.



Estoy de acuerdo

Porque

.....



No estoy de acuerdo

6. Las encías sirven para apoyar y proteger los dientes. Sin encías fuertes los dientes no van a estar sanos.



Estoy de acuerdo

Porque

.....



No estoy de acuerdo

7. No hace falta ir al odontólogo cada 6 meses, con lavarse los dientes todos los días alcanza para que estén bien.



Estoy de acuerdo

Porque

.....



No estoy de acuerdo

8. Comer frutas y verduras es mejor para la salud de mis dientes que comer caramelos y otras golosinas.



Estoy de acuerdo

Porque

.....



No estoy de acuerdo

ACTIVIDAD N°4:

Muchas veces los niños o sus familias no tienen conciencia real de lo importante que es cuidar los dientes de leche, pues piensan que son temporales, y los cuidados deben ser para la dentadura permanente.

Nivel sugerido: primario.

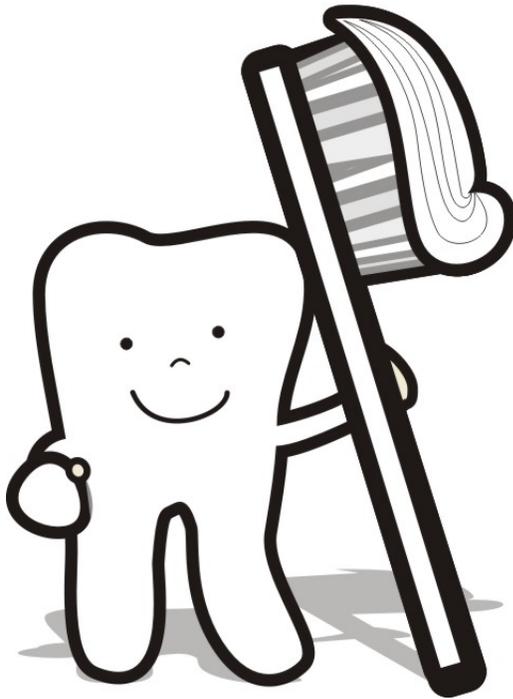
Objetivo

Que el alumno:

- conozca sobre la importancia del cuidado de la dentadura temporal.

Ejercicio

Colorea y lee los mensajes o escucha la explicación de la maestra:



Cada persona recibe dos denticiones durante su vida. Los primeros dientes de los niños, llamados dientes temporales o dientes de leche, empiezan a salir a los 6 meses de edad. Se completa la dentadura aproximadamente a los 2 años. Un niño de dos años y medio debe tener 20 dientes, 10 superiores y 10 inferiores.

Los dientes permanentes se forman debajo de los dientes temporales. Cuando están bien formados y listos para salir, estos dientes nuevos empujan contra las raíces de los dientes de leche, haciéndolos caer. Esto sucede entre los 6 y 12 años.

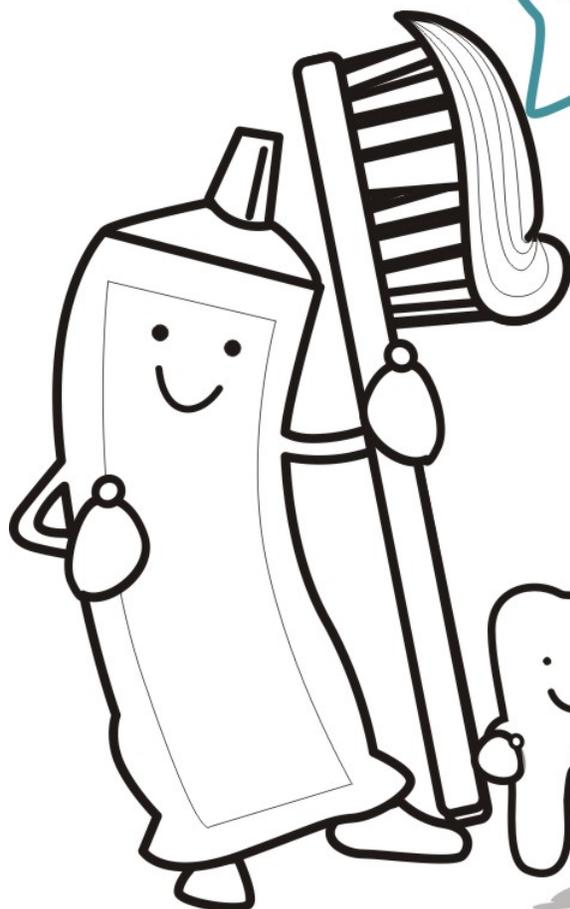
Los 20 dientes permanentes reemplazan los 20 dientes temporales. Además, 12 dientes salen detrás: los molares. Así aumenta el número de dientes de un adulto a 32.

- Un niño de 6 años debe tener 20 dientes.
- Un niño de 8 años debe tener 24 dientes.
- Un niño de 14 años debe tener 28 dientes.
- Un adulto debe tener 32 dientes.

¿Por qué es importante cuidar los dientes de leche?



Los dientes de leche son tan importantes para los niños como la dentadura permanente es para los adultos. Los ayudan a masticar, hablar y lucir bien. Sin embargo, mucha gente piensa que no es importante cuidar y curar los dientes temporales como van a estar reemplazados por la dentadura permanente.



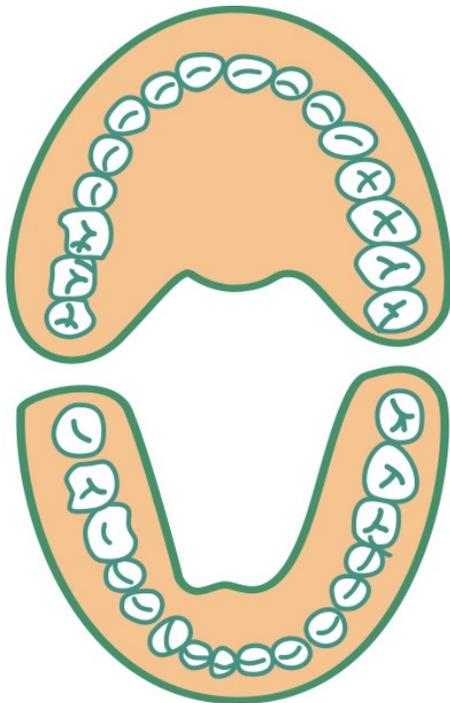
Cada diente de leche guarda un espacio para el diente permanente correspondiente, ayudando a una correcta oclusión (mordida) y relación entre las piezas dentarias.





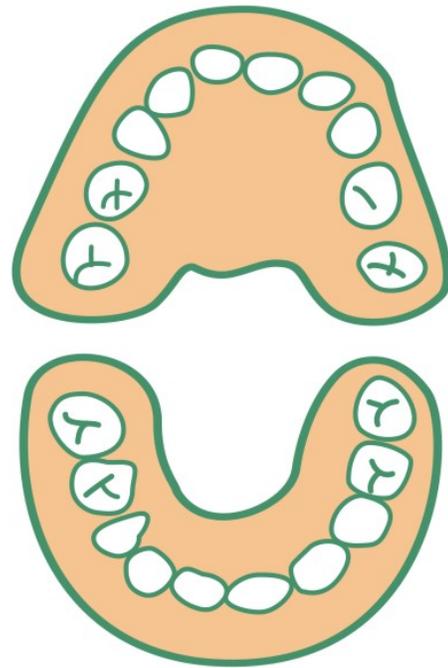
Pero la dentadura temporal tiene otra función - sirve como guía para los dientes permanentes. Si se los sacan o si caen antes de tiempo, los dientes permanentes van a salir torcidos, y las caries se multiplican más rápido en los dientes torcidos.

Enseñe a los niños y sus padres por qué es importante cuidar los dientes de leche. Una buena alimentación y limpieza de dientes y lengua ayuda a mantener sana la boca.



Corresponde al interior de la boca de un

 porque.....



Corresponde al interior de la boca de un

 porque.....

Actividad N°5:

Muchas veces los niños o sus familias no tienen conciencia real de lo importante que es el cuidado dental y la prevención de las enfermedades bucales. Conocer las causas de las mismas ayuda a evitar que se originen, manteniendo una buena salud bucal.

Nivel sugerido: primario (últimos años).

Objetivo

Que el alumno:

- conozca las causas de las enfermedades bucales para evitar que se originen.

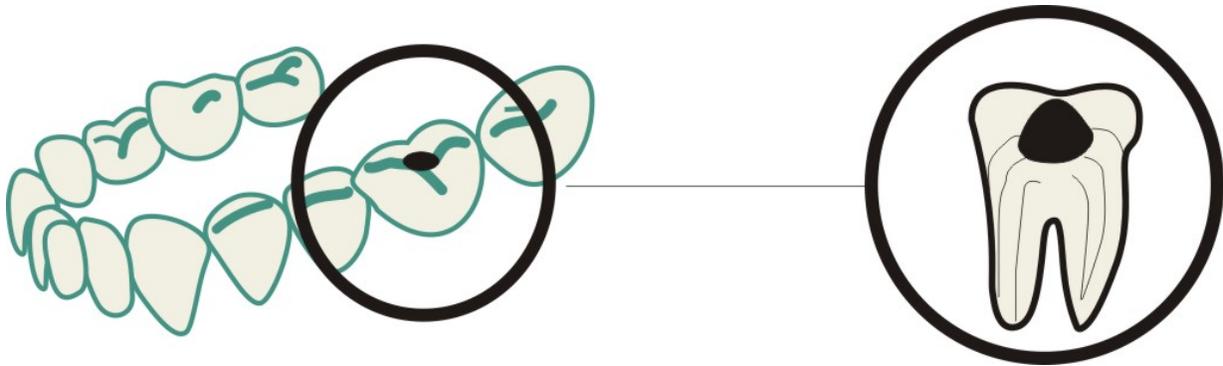
Ejercicio



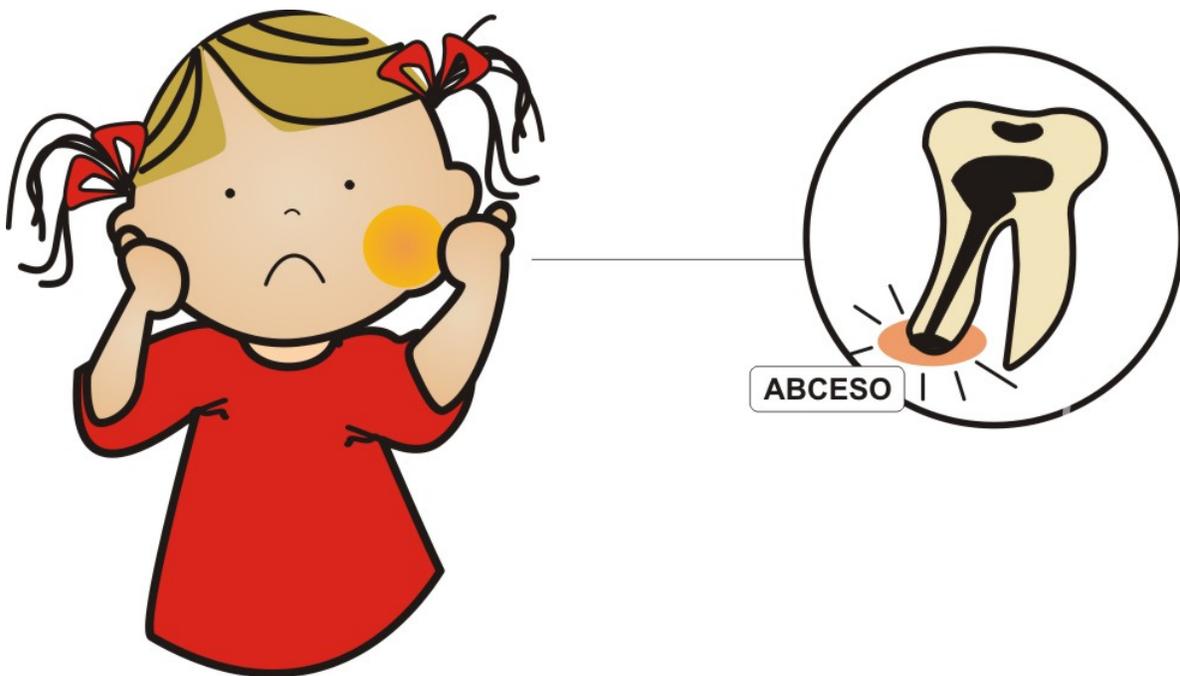
Después de comer, en los dientes y las muelas quedan residuos de comida. Las bacterias que viven en la boca se juntan con el azúcar en la comida, produciendo la caries. Por eso, la comida con mucho azúcar - caramelos, gaseosas colas, golosinas- no son buenas para la dentadura.

Una caries es un hueco en el diente y aparece como un punto negro o un cambio del color del diente. Las bacterias primero destruyen el esmalte o parte dura en el exterior del diente. A veces la caries parece chiquita de afuera, pero es más grande en el interior del diente, porque se extiende más fácilmente en la parte suave debajo del esmalte.

La primera manifestación o lesión inicial es la “mancha blanca” donde hay una alteración del esmalte dentario que es recuperable cuando se afecta precozmente. El odontólogo las puede ver o detectar en la consulta y reparar con la aplicación de flúor. Evitamos de esta manera la formación de la lesión cariosa.



Es importante curar una caries mientras todavía esté pequeña. Una caries que no se hace curar crece y crece, finalmente llega al nervio y hueso, causando un absceso. Se hincha la cara y el dolor es muy fuerte. Cuando se presenta esta situación, no queda más remedio que sacar la muela o realizar tratamiento de conducto para mantener la pieza en boca (se saca la pulpa).



También se pueden enfermar las encías. Las mismas bacterias que atacan a los dientes pueden infectar las encías. Se ponen rojas e hinchadas y sangran fácilmente. Cuando esta enfermedad avanza, las encías dejan de sujetar a los dientes y muelas, al punto que pueden



caerse. Las enfermedades de las encías como las de la boca se evitan con la higiene de los dientes y una buena alimentación.

Responde (en base al texto de la actividad n°5):

¿Qué pasa después de comer con las bacterias que viven en la boca?

.....
.....

¿Qué pasa con los restos de comida y las bacterias de la boca si cepillamos los dientes después de comer?

.....
.....

¿Qué es una caries?

.....
.....

¿A qué llamamos absceso?

.....
.....

¿Sólo los dientes y muelas pueden enfermarse en la boca?

.....
.....
.....
.....

Dibuja:

Rodea con un círculo aquellos alimentos que puedes comer y no dañan tus muelas y dientes:



ACTIVIDAD N°6:

La identificación por parte de los más pequeños, de los objetos que se relacionan con el cuidado de la higiene bucal, es importante para el desarrollo de los hábitos en este sentido.

Luego de haber recibido la explicación del docente sobre la importancia del aseo de la boca se debe reforzar en los alumnos el uso correcto de los mencionados elementos. Una estrategia es la que se presenta aquí, donde cada alumno colorea el dibujo de un objeto relacionado con el aseo y la higiene bucal y menciona o escribe (según su edad) algunas características propias del mismo.

Nivel sugerido: educación inicial y primario.

Objetivos específicos

Que el alumno:

- aprenda a relacionar los elementos que facilitan que el hábito de higiene bucal se pueda realizar.
- conozca hábitos relacionados con el cuidado de la salud, de la higiene personal y de los otros.

Ejercicio

Píntame y dime cosas sobre mí

¿Cómo me llamo?

¿Cómo soy?

¿Para qué sirvo?

¿Cuándo debes usarme?

¿Qué pasa si no me utilizas?



¿Cada cuánto tiempo debes cambiarme?

.....
.....

Píntame y dime cosas sobre mí

¿Cómo me llamo?

¿Cómo soy?

.....
.....
.....

¿Para qué sirvo?

.....
.....

¿Cuándo debes usarme?

.....

¿Qué pasa si no me utilizas?

.....





ACTIVIDAD N°7:

Nivel sugerido: nivel inicial, egb1, egb2 y egb3 (para los más chiquitos es necesaria la mediación del docente).

Objetivo

Que el alumno:

- reconozca las conductas adecuadas que favorecen la salud bucal y aquellas inadecuadas que pueden originar complicaciones en la misma a partir de la falta de higiene.

Ejercicio

Puesta en común en clase.

Luciana está en 6° grado y acaba de salir al recreo luego de una interesante clase de Ciencias Naturales, muy apurada va al quiosco escolar y compra varios caramelos y un chupetín. Es el tercer recreo de la mañana y está repitiendo la misma merienda que en los dos anteriores. Tanto le gustan las golosinas que los días anteriores también consumió lo mismo en los recreos.

Terminados los caramelos y el chupetín se acerca al bebedero del patio. Mientras bebe Federico le hace la broma de empujarla y ella se golpea los dientes con el surtidor del agua. No se hace daño... ¡POR SUERTE!, pero la señorita inmediatamente le avisa a su mamá para que le haga un control con el odontólogo.

Sacan el turno esa misma tarde y al día siguiente asisten a la consulta. Le explican lo sucedido con el golpe, y el doctor comienza la revisión.

No hay consecuencias del golpe en los dientes, pero el doctor encuentra tres dientes con caries.

Pregunta a Luciana por los lavados diarios y su alimentación. Es la primera vez que asiste al odontólogo, lava sus dientes cuando se acuerda y come muchas golosinas en la escuela.

El doctor le recomienda...

Contestamos y dialogamos entre todos, luego cada uno escribe una respuesta:

1. ¿Por qué en el texto dice "POR SUERTE" cuando se refiere a la broma de Federico? ¿Qué podría haber pasado?

.....
.....

2. ¿A qué se pueden deber las tres caries que tenía Luciana?

.....



.....

3. ¿Está bien que Luciana nunca haya ido al odontólogo hasta este momento?

.....
.....

4. ¿Cada cuánto tiempo es aconsejable realizar visitas de control al odontólogo?

.....
.....

5. ¿Cuáles te parece que pueden haber sido las recomendaciones del odontólogo?

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....



ACTIVIDAD N°8:

Para que un aprendizaje sea asimilado debe tener significado para el niño. El conocer sobre sus dientes, estructura y características ayuda a reforzar la idea del cuidado de los mismos.

Nivel sugerido: primario y secundario (trabajo escrito).

Objetivos

Que el alumno:

- conozca la estructura y características de sus dientes a fin de reforzar la idea del cuidado de los mismos.

Ejercicio

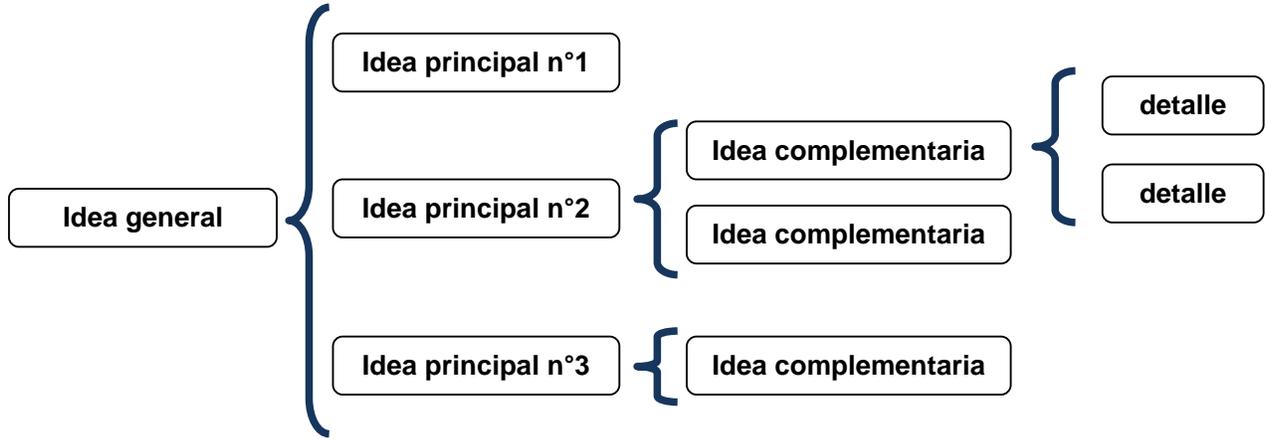
La información puede ser organizada y elaborada de una forma diferente al texto corriente para ser más fácil su asimilación por la memoria y más resistente al olvido. Así se ordena y clasifica en diferentes categorías; esto se llama **jerarquizar**.

Jerarquizar significa armar un diagrama que presenta la información de mayor a menor importancia o nivel de generalidad. La representación gráfica resultante se llama "esquema jerárquico".

En el esquema jerárquico aparece primero una idea general, única para el esquema, y que es aquella que contiene a todas las demás ideas. Generalmente es el título del tema tratado.

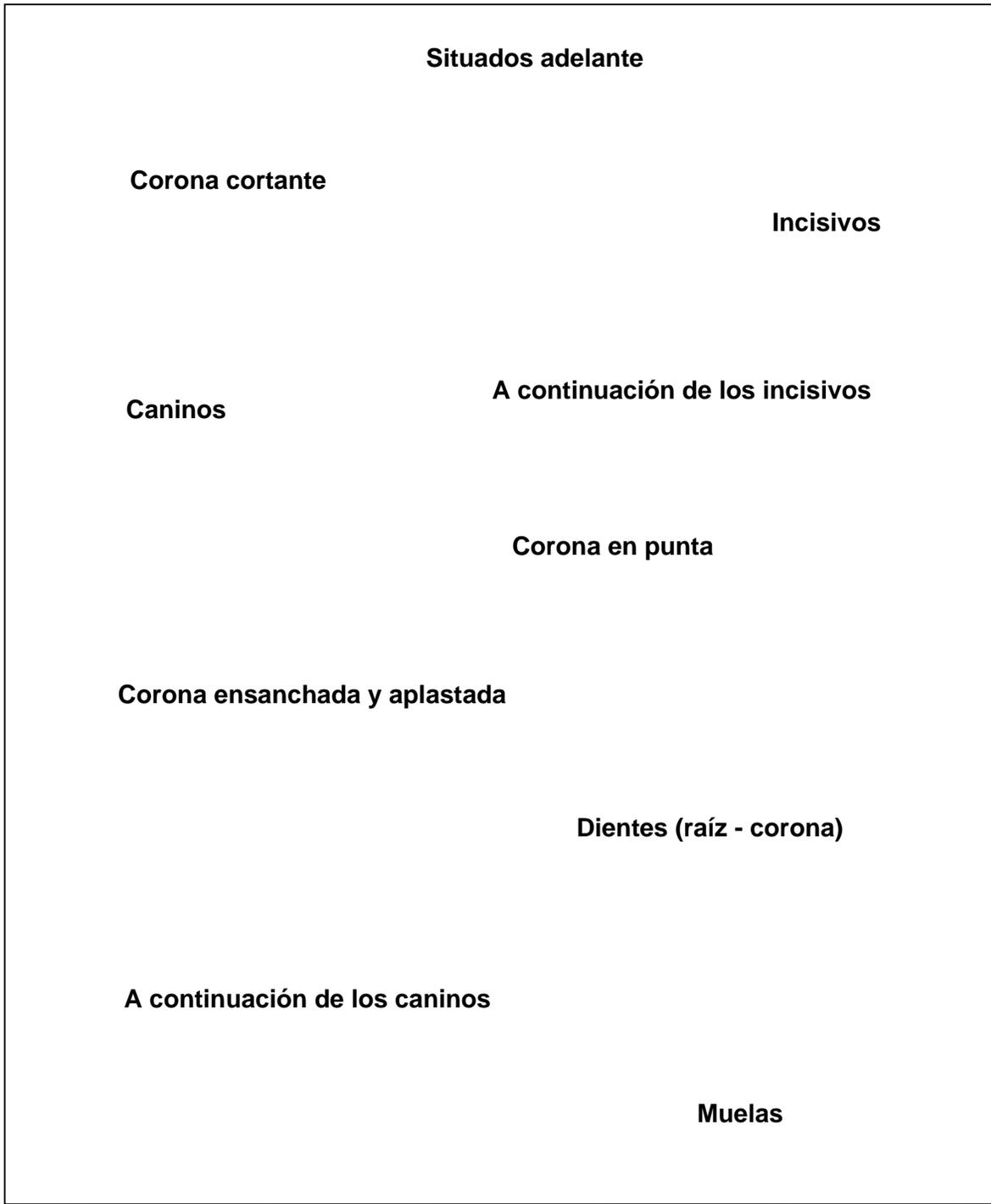
En un segundo nivel de jerarquía aparecen las ideas principales, pueden ser varias y generalmente son los títulos en los que se divide u ordena el texto. En un tercer nivel más específico aparecen las ideas complementarias, que explican a las ideas principales. Finalmente encontramos los detalles.

El gráfico resultante tiene una forma que puede ser así:





A continuación se presentan una serie de oraciones y palabras con información sobre la estructura y características de los dientes. Completa el esquema jerárquico que aparece en el cuadro posterior y que ordena gráficamente la información que contiene.





Maletín Educativo de Salud



MENDOZA
GOBIERNO

	}	}
		
	}	}
		
.....	}	}
		
	}	}
		



Escribe un texto a partir del esquema

A continuación deberás escribir un texto a partir del esquema anterior. Para ello tener en cuenta lo siguiente:

- Titula el texto. Será el concepto que englobe a los demás.
- Mira el concepto más general del esquema. Será el tema a tratar. Empieza haciendo una frase sobre el tema a desarrollar.
- Sigue con orden por la primera subdivisión del esquema. Tienes que buscar en la memoria los datos que sepas sobre ella en relación al tema general.
- Continúa por orden, idea por idea, explicándola en función de lo que sepas sobre ella. Puedes poner todos los datos que recuerdes, pero no escribas frases sin ningún contenido.
- Redacta un párrafo, punto y aparte con cada uno de los apartados principales.
- No olvides la buena letra y la ortografía. ¡Cuidalas!

A large rectangular area with a dotted line for writing.

Solución

