

grin!

for **KIDS**



ARTÍCULOS

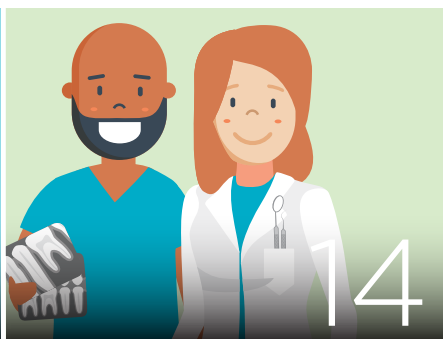


Consejos de un genio de los dientes

Recorre el laboratorio de un genio de los dientes para descubrir una fórmula secreta para las sonrisas felices.

- 8 Lo último en caries
- 9 Por qué las radiografías son útiles
- 11 Innovadores dentales

ACTIVIDADES

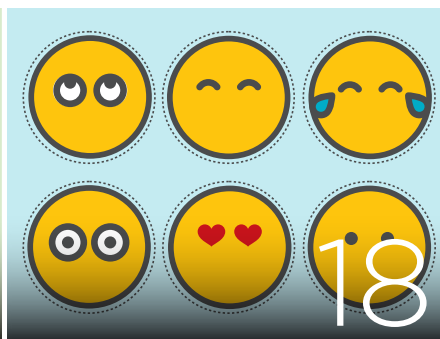


¿Quién trabaja en un consultorio dental?

Pista: ¡No es solamente tu dentista!

- 6 Revoltijo de sonrisas saludables
- 12 Corre al dentista
- 16 El almuerzo perfecto
- 20 ¡Celebra tu sonrisa!
- 22 Decisiones, decisiones

MANUALIDADES



Expresiones de emoji

Ayuda a ponerles a estos emojis la sonrisa que les falta.

- 7 Experimento:
Detector de placa
- 17 Receta amigable para la boca: Caracoles de manzana
- 19 Rastreador de dientes
- 23 Rincón de manualidades:
Cartel para la puerta para el Ratoncito Pérez

Rincón de las risas



¿Cuál es el colmo de un dentista?

¡Ponerle frenos al auto!



¿Qué tiene dientes y no puede comer?

¡Un peine!



Curiosidades

¿Cuántos dientes puede tener un caimán en toda su vida?

Tantos como 3,000.



¿Cuántos años tienen los cachorros de león cuando empiezan a salirles los dientes?

Apenas tres semanas.



*Consejos de un***GENIO DE LOS DIENTES**

ARTÍCULO

**¡Hola!**

Bienvenido a mi laboratorio de sonrisas. Sígueme y te mostraré mi fórmula especial para las sonrisas felices.

1

Este es mi megafantástico cepillo de dientes, lo uso para limpiarme los dientes, las encías y la lengua. Observa mi ecuación de cepillado en la pizarra.

2

El próximo ingrediente en mi fórmula es **la pasta dental con flúor**.

El flúor es un mineral que hace que los dientes estén más fuertes entonces es más difícil que se formen caries.

3

Después de cepillarme, **uso hilo dental para quitar los alimentos y las bacterias** que quedan atascados entre los dientes.



(Cepillarse por la mañana + cepillarse antes de ir a dormir)
X
2 minutos cada vez que te cepillas

4 minutos de cepillado por día

4

Cuando practico deportes o realizo actividades que podrían lastimarme la boca, siempre **uso un protector bucal**.

5

Algunos alimentos **ayudan a los dientes**. Otros pueden lastimarlos. Evita comer azúcar y almidón para prevenir las caries.

Según mis cálculos matemáticos, **cepillarse durante cuatro minutos al día** e equivale a un aliento superfresco y dientes más saludables.

6

Yo visito al dentista para que me revise y haga limpiezas **regularmente**. ¡Adoro la sensación de unos dientes limpios!

Comer alimentos como frutas, verduras, carne y queso ayudarán a que tu sonrisa siga siendo saludable.



*el dentista
Dan*

Revoltijo de sonrisas saludables

Las palabras que están a continuación están todas mezcladas.
Ordénalas para descubrir las respuestas.

¿Qué ingrediente
debe tener tu
pasta dental?

rúolf

¿Cómo puedes
quitar los
alimentos y las
bacterias que se
quedan atascados
entre los dientes?

liho lenadt

¿Cuánto
tiempo debes
dedicar a
cepillarte los
dientes?

sod sotnimu, sdo escev la ída

¿Qué debes
usar si practicas
deporte?

roporttce labuc

¿Qué ingrediente
en los alimentos y
las bebidas puede
causar caries?

arúcaz

¿A quién debes
visitar para
que te haga
limpiezas y
chequeos?

ttasiend

Respuestas (de izquierda a derecha): flúor, hilo dental, dos minutos, dos veces al día, protector bucal, azúcar, dentista

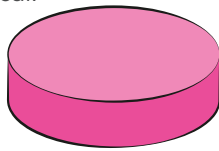
Experimento:

Detector de placa

El mejor momento para detener las caries es antes de que comiencen. Y eso significa prevenir la acumulación de placa. Prueba este experimento para detectar la placa que se esconde en los dientes.

1

Pídele a un adulto que compre pastillas reveladoras de placa en la tienda, en la parte de salud bucal.



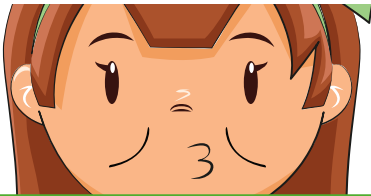
2

Mastica la pastilla durante 30 segundos, aproximadamente. ¡No la tragues!!



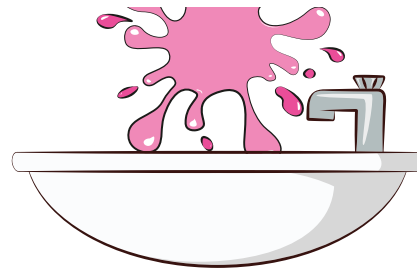
3

Muévela por toda la boca para que llegue a todos los dientes.



4

Escúpela en el lavamanos o en un vaso.



5

Revisa tu sonrisa en el espejo. Las partes de tus dientes teñidas con un color brillante tienen placa.



6

Cepíllate y usa hilo dental con cuidado para eliminar la placa.



Recuerda cepillarte y pasar hilo dental en esas áreas en un futuro para mantener tu sonrisa saludable.

Lo último en caries

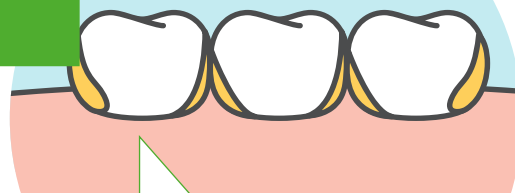
Si escuchaste a tu dentista mencionar la palabra “caries”, tal vez te preguntes qué son y de dónde vienen. Bien, aquí están las respuestas. Esto es todo lo que necesitas saber sobre las caries, o también llamadas caries dentales.

¿Qué son las caries?



Una caries es un hueco que se forma cuando el diente comienza a destruirse.

¿Qué causa la caries?



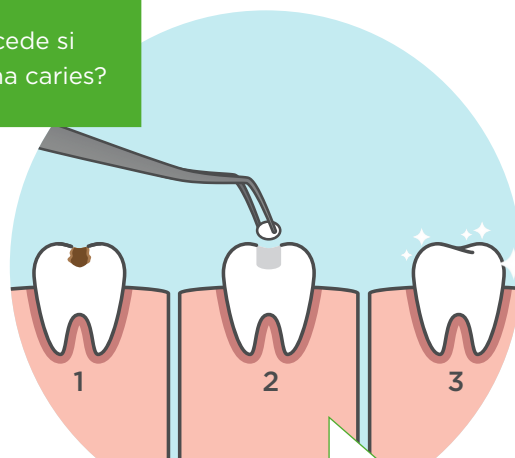
Cuando no te cepillas ni usas hilo dental como corresponde, las bacterias que están en la boca cubren los dientes con una capa pegajosa llamada placa. Esto puede hacer que sientas los dientes “babosos”. La placa es ácida y puede crear huecos, conocidos como caries, ya que destruye la superficie del diente.

¿Por qué son malas las caries?



Si no se tratan, las caries pueden crecer más y más. Puede extender la infección y hacer que te duela el diente. Con el tiempo, tu dentista podría tener que sacarte el diente.

¿Qué sucede si tienes una caries?



Si tu dentista detecta una caries, quita la parte dañada del diente y rellena el hueco. Esto se llama empaste.



Por qué las radiografías son útiles

Aunque no puedas creerlo, la boca tiene partes que normalmente no se pueden ver. Afortunadamente, los dentistas sacan radiografías que les permiten ver más allá de las superficies de los dientes y las encías. Las radiografías (o imágenes de rayos X) pueden mostrar caries y dientes adultos que aún no hayan salido. El dentista podría sacar una radiografía en la próxima cita para ver qué sucede en tu boca.

En la página siguiente encontrarás un ejemplo de cómo las radiografías muestran las caries escondidas.



Es sencillo sacar una radiografía

- 1 El dentista o higienista te cubre el cuerpo con un delantal pesado para protegerte.
- 2 Muerdes un trozo de plástico. Esto ayuda a la máquina de rayos X a enfocarse en una parte específica de la boca.
- 3 El dentista o higienista ajusta la máquina de rayos X y luego sale de la habitación para sacar una fotografía.
- 4 ¡Y listo! Puedes ver tu radiografía en la pantalla.

A continuación, puedes ver cómo un diente que parece estar sano, en realidad podría estar escondiendo una caries.



Innovadores dentales

Los dentistas de la actualidad son expertos en lograr que las sonrisas sean saludables, pero se necesitó de muchos valientes que facilitaron el camino.



Conoce algunos de los hombres y mujeres que cambiaron la odontología para siempre.



John Baker
El primer dentista en la América inglesa
En 1760, John Baker viajó desde Inglaterra hacia América para abrir un consultorio de dentista. Fue el primer dentista con estudios médicos en las colonias.



Horace Hayden y Chapin Harris
Fundadores de la primera escuela dental
Hayden y Harris fundaron la Baltimore College of Dental Surgery en 1840.



Lucy Beaman Hobbs Taylor
La primera mujer en obtener un título dental
Al principio, Ohio College no le permitía a Taylor asistir, pero ella no dejaba de postularse. Obtuvo su título dental en 1866. Esto ayudó a abrir las puertas a las dentistas mujeres en todos lados.



Wilhelm Röntgen
Inventor de las radiografías
Röntgen fue la primera persona en ver a través de objetos sólidos. Su invento ocurrió en 1895, cuando por accidente descubrió los rayos X. Su nueva herramienta les permitió a los dentistas ver mucho más de las bocas de sus pacientes.

Corre al dentista

Pronto le harás una visita al dentista.
¡El tiempo pasa rápido! Encuentra el
camino más rápido al dentista y evita
las distracciones que provoquen
caries en tu camino.

INICIO

Cepíllate los
dientes antes de
la visita, así
estarán limpios
para el dentista.

ACTIVIDAD

PANADERÍA

Cepíllate los
dientes
después de
comer.

La Cafetería

DE MAMÁ

Come comidas
balanceadas, con
bajo contenido de
almidón y azúcar.
¡No olvides comer
verduras!

La Cafetería
DE MAMÁ

Emparedados

La Cafetería
DE MAMÁ

Pido de res

La Cafetería
DE MAMÁ

Café

La Cafetería
DE MAMÁ

Hamburguesas

La Cafetería
DE MAMÁ

Salidos

La Cafetería
DE MAMÁ

MERCADO

Las verduras frescas son excelentes meriendas cuando no estás en casa.

¿Tienes sed?
Bebe agua en vez de limonada.

LIMONADA

TIENDA DE DULCES

¡Evita los dulces para cuidar tus dientes!

Los dentistas pueden saber si no te cepillaste ni usaste hilo dental.

DENTISTA

LLEGADA

ACTIVIDAD

Conoce a quienes trabajan en EL CONSULTORIO DENTAL

RECEPCIONISTA

¡Hola! Bienvenido al consultorio del dentista. Estoy aquí para registrar tu visita. Si necesitas algo antes de la cita, yo puedo ayudarte. Recibo a todos con una sonrisa e informo al resto del equipo cuando llegan los pacientes. También atiendo el teléfono y programo citas.

PABLO EL PEZ

¡No se olviden de mí!
Yo ayudo a crear un entorno divertido y relajado para todos los que vienen de visita. ¡Glup!

ASISTENTE DENTAL

Mantener a los pacientes saludables es una tarea **ardua**. Mi trabajo es ayudar a la dentista a cuidarte.

Ayudo al dentista con procedimientos, organizo y limpio las herramientas dentales, pido suministros dentales cuando se acaban y mucho más. También puedo ayudar a responder las preguntas que tengas sobre tu boca.

Un consultorio de dentista funciona gracias a su equipo excepcional. Conoce algunas de las persona que trabajan todos los días para que sigas sonriendo.

Encuentra cinco herramientas dentales en la siguiente imagen.

HIGIENISTA DENTAL

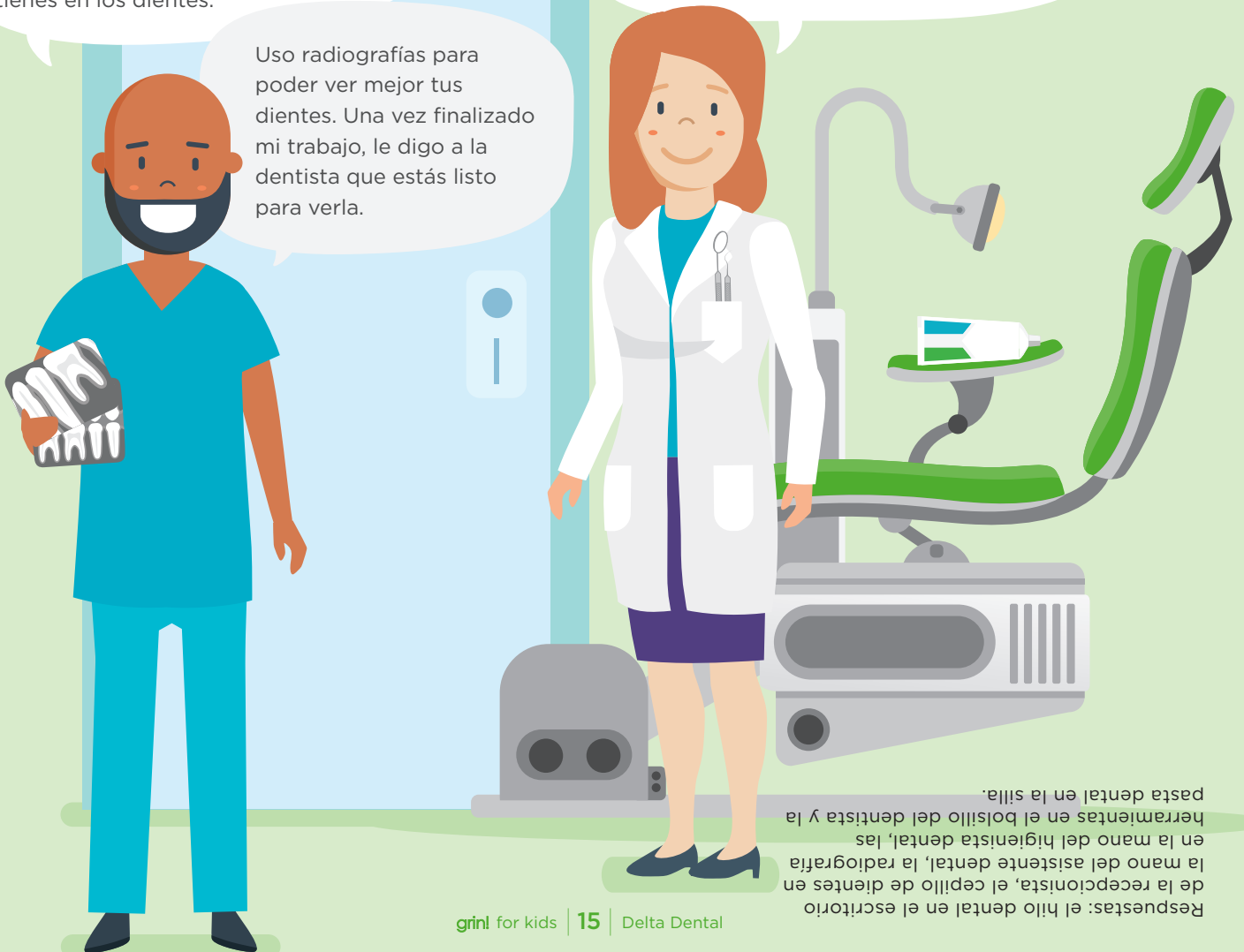
Por lo general, soy la primera persona que ve tus dientes, incluso antes que la dentista. Estudié para limpiar los dientes y detectar cualquier cosa que necesite una segunda revisión. Cuando abres la boca y dices “ahhhhh”, uso mis herramientas para controlar las encías y retirar la placa endurecida que tienes en los dientes.

Uso radiografías para poder ver mejor tus dientes. Una vez finalizado mi trabajo, le digo a la dentista que estás listo para verla.

DENTISTA

Dediqué mucho tiempo a aprender sobre bocas saludables (alrededor de ocho años). Mi trabajo es garantizar que tu boca esté en excelente estado. Observo los dientes para ver si algo no está bien. Si tienes una caries, yo la arreglo. También te muestro cómo prevenir problemas dentales en el futuro.

ACTIVIDAD



Respuestas: el hilo dental en el escritorio de la recepcionista, el cepillo de dientes en la mano del asistente dental, la radiografía en la mano del higienista dental, las herramientas en el bolsillo del dentista y la pasta dental en la silla.

El almuerzo perfecto

Cuando llega la hora del almuerzo hay muchas opciones de alimentos y bebidas. Encierra en un círculo los alimentos que componen el almuerzo más saludable.

ACTIVIDAD



Los alimentos frescos y crocantes como las manzanas y las zanahorias pueden ayudar a eliminar las bacterias dañinas.



Las papas fritas contienen almidón que se descompone en azúcar dentro de tu boca.



Beber agua o leche sola es bueno para los dientes.



Los productos lácteos como la leche, el queso y el yogur tienen mucho calcio para que los dientes estén fuertes.



Los alimentos dulces y masticables, como el caramelo y las gomitas pueden pegarse a los dientes y causar caries.



Respuestas: manzana, apio, zanahorias, yogur, queso, leche, agua y almendras.

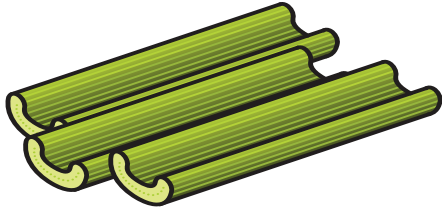


Receta amigable para la boca:

Caracoles de manzana

¡Estos caracoles de manzana son simpáticos y sabrosos! Prueba esta receta para tu próxima merienda. Pide a un adulto que te ayude a reunir los ingredientes.

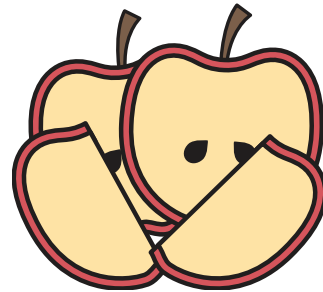
Lo que necesitas



1 tallo de apio, cortado en tercios



¼ taza de mantequilla de maní



3 rodajas de manzana, cortadas por la mitad



6 trozos de zanahoria cortados finamente



1 bolsa con cierre hermético

Cómo prepararlos

1

Rellena los trozos de apio con mantequilla de maní.

2

Con la ayuda de una cuchara, coloca el resto de la mantequilla de maní en una bolsa plástica.

3

Recorta un orificio en una de las puntas de la bolsa de plástico.

4

Aprieta la mantequilla de maní dentro de la bolsa y decora las rodajas de manzana para que parezcan el caparazón de un caracol.

5

Coloca los trozos de manzana sobre la mantequilla de maní para formar el caparazón del caracol.

6

A cada trozo de apio, colócale dos trozos de zanahoria en la mantequilla de maní en uno de los extremos para formar las antenas del caracol.

Expresiones de emoji

¿Sabías que sonreír puede en verdad hacer que te sientas más feliz? Si les sonríes a tus amigos puedes mejorar su día. Dale a estos emojis algo por qué sonreír y dibuja las expresiones que les faltan. Recorta los emojis terminados y compártelos con tus amigos.



Rastreador de dientes

Cada vez que se te caiga un diente, coloréalo en el Rastreador de dientes que está a continuación. También puedes usar el Rastreador de dientes para registrar dónde estabas cuando se te cayó el diente y cuántos años tenías.

Información sobre el diente caído:

Información sobre el diente caído:

Superiores

Inferiores

Información sobre el diente caído:

Información sobre el diente caído:

Los dientes hacen mucho más que solo masticar alimentos. También nos ayudan a hablar, sonreír y mucho más.

No todos los dientes tienen la misma función. Los dientes tienen diferentes formas para realizar tareas específicas, como morder o masticar.



¡Celebra tu sonrisa!

Las personas de todo el mundo están reconociendo sus magníficas bocas con estas celebraciones dentales. Marca estas fechas en tu calendario y únete a la diversión.

FEBRERO

Mes Nacional de la Salud Dental de los Niños

Agradece a tus dientes y recuerda tus hábitos. No olvides cepillarte, usar hilo dental y comer los alimentos adecuados para mantener tu boca saludable y sin caries.

28 DE FEBRERO
Y 22 DE AGOSTO

Día Nacional del Ratoncito Pérez

¡El Ratoncito Pérez es tan especial que tiene dos días conmemorativos!

Prepárate para la próxima visita del Ratoncito Pérez y crea un cartel para la puerta para guardar los dientes que se te cayeron. Pasa a la página 23 para conocer las instrucciones.

6 DE MARZO

Día Nacional del Dentista

Demuestra agradecimiento a tu dentista por ayudarte a cuidar de tus dientes. Envíale una nota de agradecimiento a tu dentista y pregúntales a tus padres cuándo es la próxima visita.

15 DE JUNIO

Día Nacional del Poder de la Sonrisa

Regala a las personas que están a tu alrededor un motivo para sonreír. Sorprende a tus amigos o familiares con una buena acción.

5 DE OCTUBRE

Día Mundial de la Sonrisa

¿Sabías que el ícono de la cara sonriente fue creado en 1963? ¡Deja brillar tu sonrisa! Disfruta una película graciosa o cuéntales un chiste a tus amigos. Busca ideas en la página 3.

¡Une los puntos para descubrir una sorpresa!



ACTIVIDAD

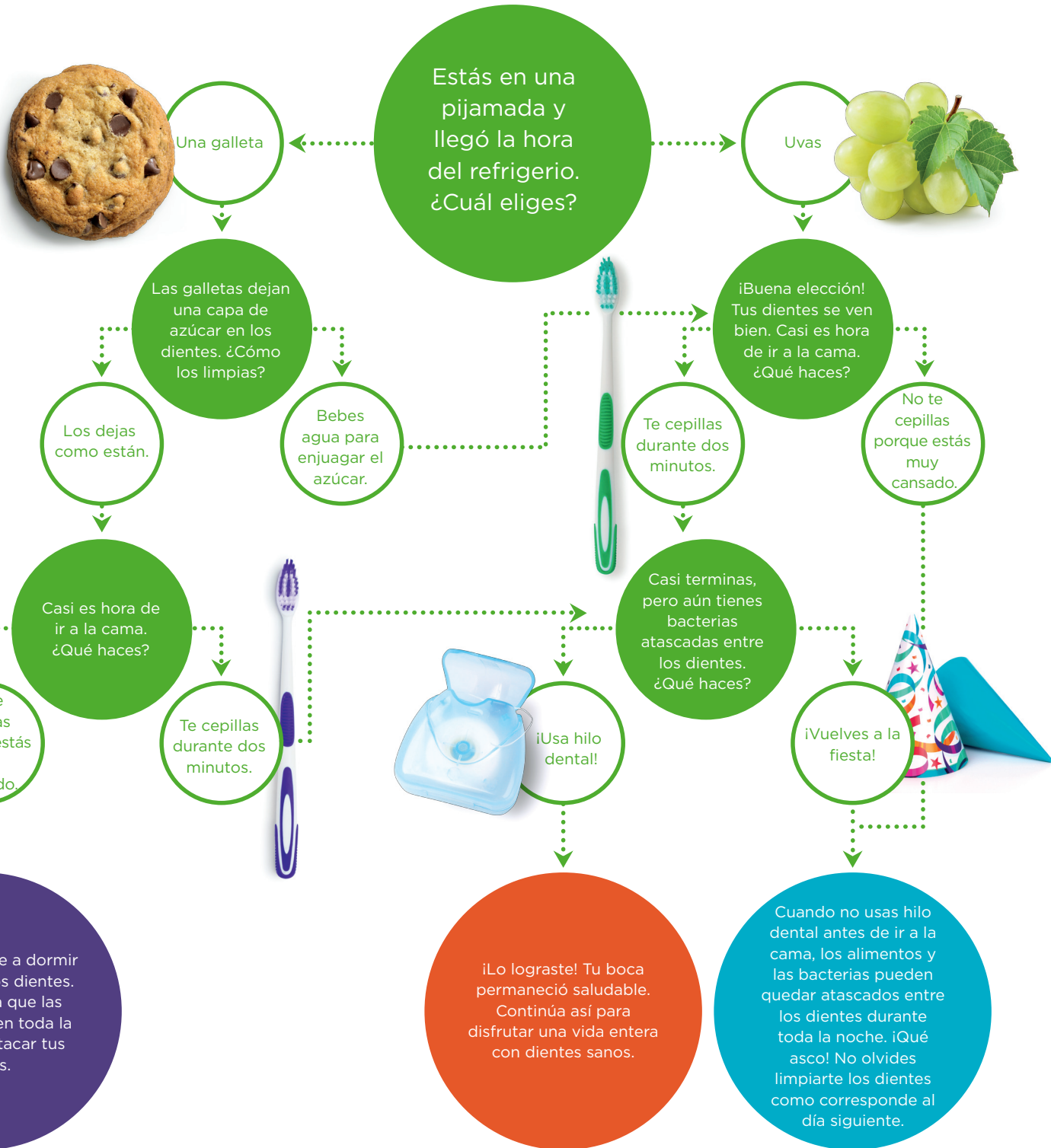
20 DE SEPTIEMBRE

Día del Amor por los Dientes
En China, esta celebración les recuerda a las personas lo importante que es el cuidado dental para prevenir los problemas bucales.

Decisiones, decisiones

¿Puedes pasar toda una pijamada sin lastimar tus dientes? Responde las siguientes preguntas para ver cómo te puede ir.

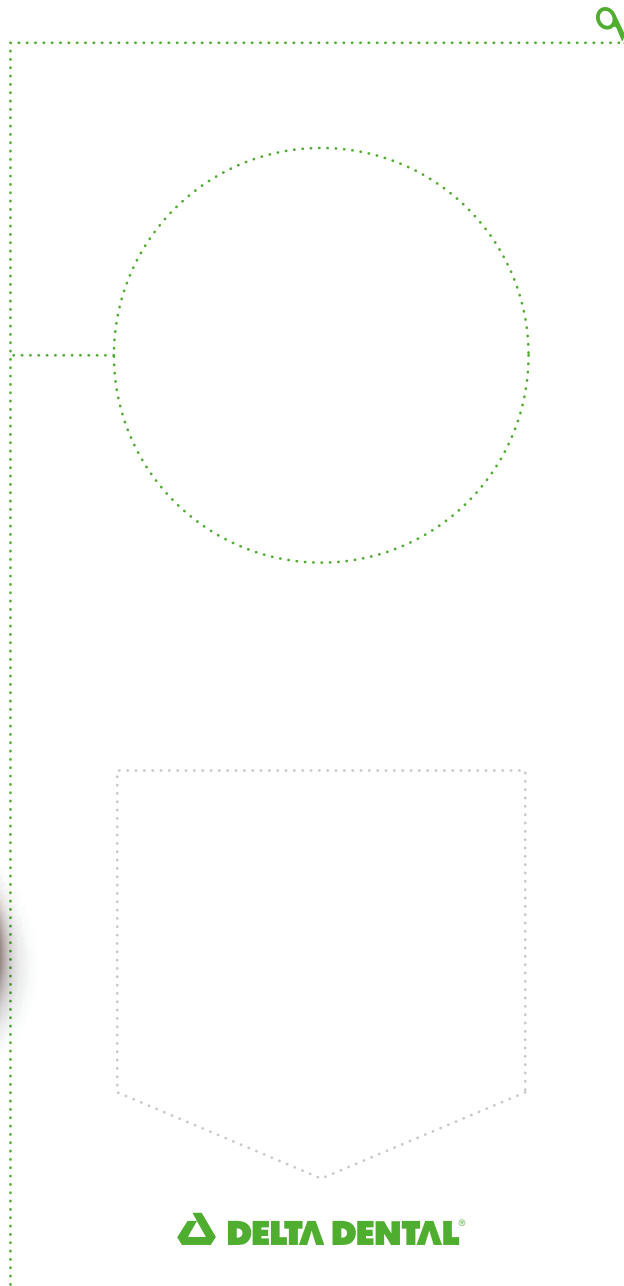
ACTIVIDAD



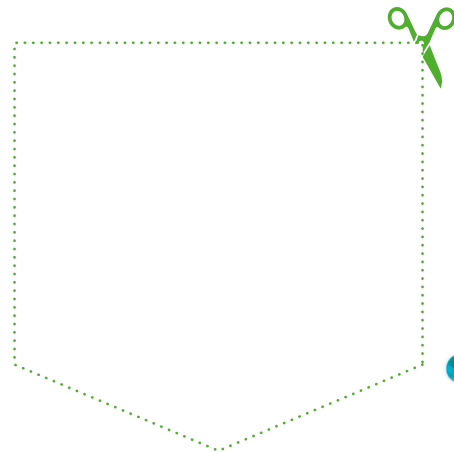
Rincón de manualidades:

Cartel para la puerta para el Ratoncito Pérez

Ayuda al Ratoncito Pérez con su trabajo con esta ingeniosa creación.



Parte A



Parte B

- 1 Recorte la Parte A y la Parte B. La Parte A será la parte posterior del cartel. La Parte B será el bolsillo donde se guarda tu diente.
- 2 Abrocha o pega los lados y la parte inferior de la Parte B con la Parte A por la línea punteada para formar un bolsillo. Consejo: asegúrate de que las líneas punteadas de la Parte A y la Parte B estén enfrentadas cuando las pegues..
- 3 Colorea y decora el cartel con brillo, cuentas de colores y todo lo demás que quieras.
- 4 Cuando termines, cuelga tu creación en la puerta para la próxima visita del Ratoncito Pérez.

 **DELTA DENTAL®**

