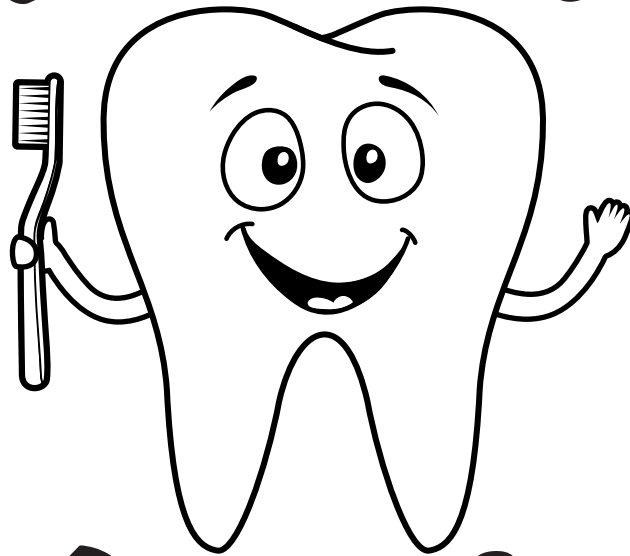


CUIDA TUS



DIENTES

NOMBRE: _____

Nota para los padres y tutores legales

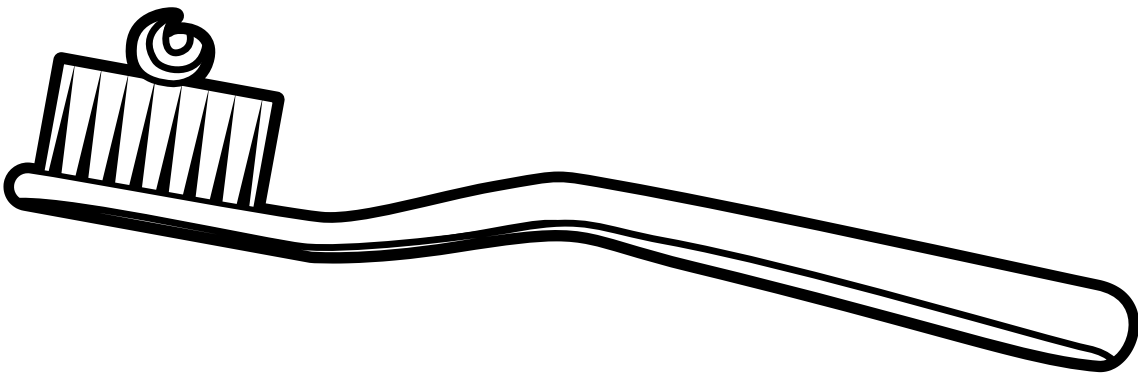
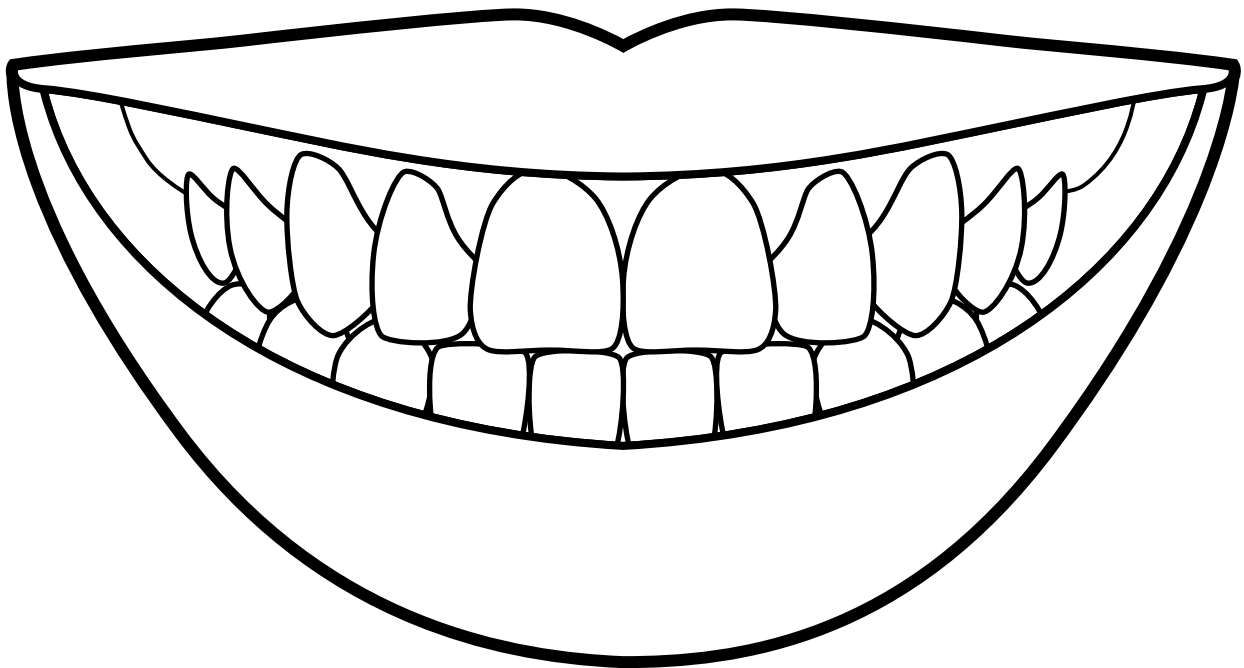
Los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades han creado este libro de actividades para brindarles a los padres una manera interactiva de hablar con los niños acerca de las formas de cuidar sus dientes. Los hábitos de salud oral, como cepillarse los dientes, usar hilo dental e ir al dentista con regularidad, pueden ayudar a prevenir caries. Este libro de actividades se recomienda para niños entre 3 y 8 años de edad.



ACTIVIDAD PARA COLOREAR

Recuerda cepillarte los dientes con pasta de dientes con fluoruro dos veces por día, durante dos minutos cada vez.

¡Pinta los dientes abajo con tu color favorito!



¿Puedes contar cuántos dientes se deben cepillar en esta imagen?

¡PROTEGE TUS DIENTES DE LAS CARIES!

Colorea las cosas que son buenas para tus dientes y pon una **X** en las cosas que no son buenas para ti.

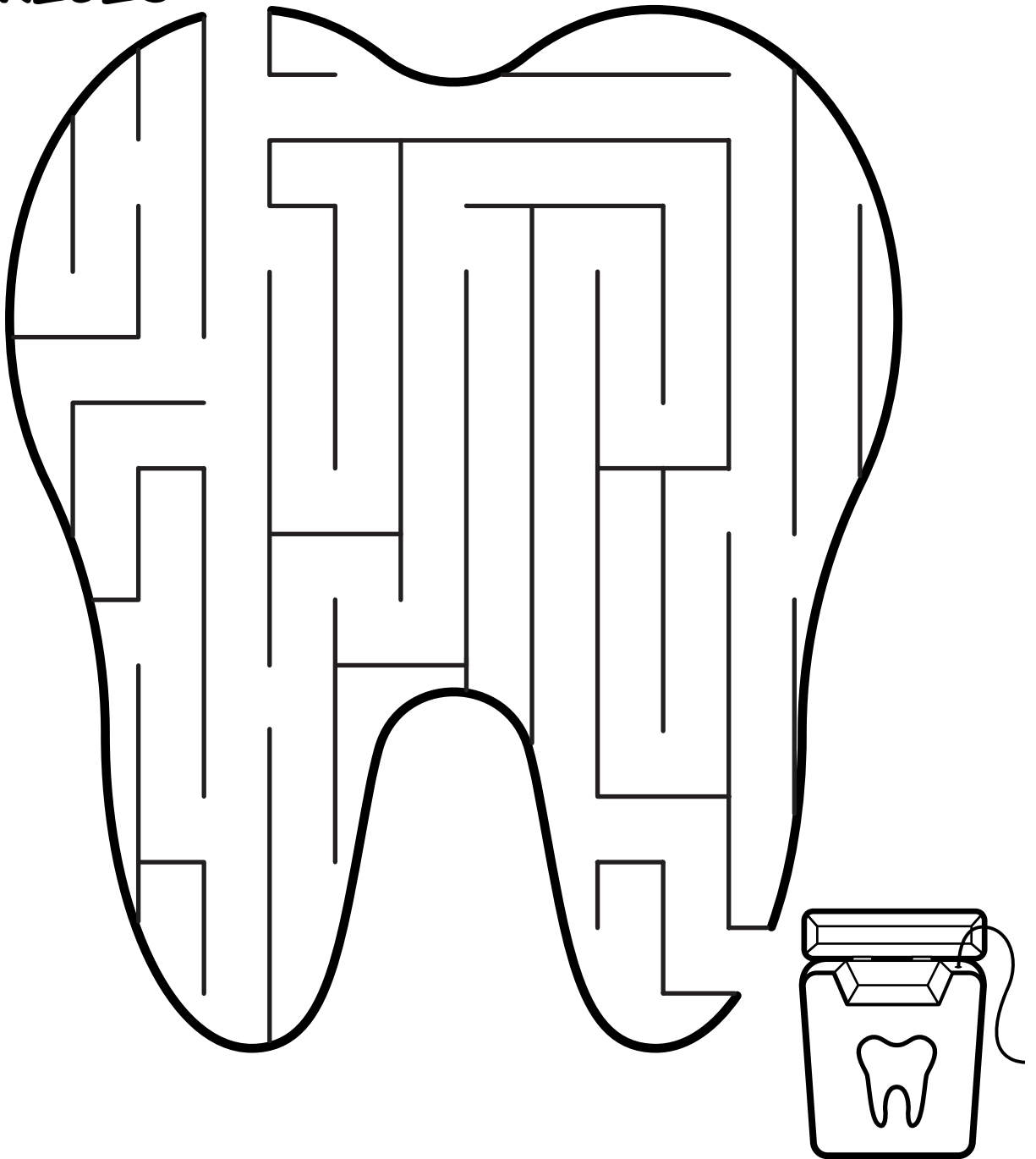


LABERINTO DE DIENTES

Recuerda usar hilo dental todos los días.

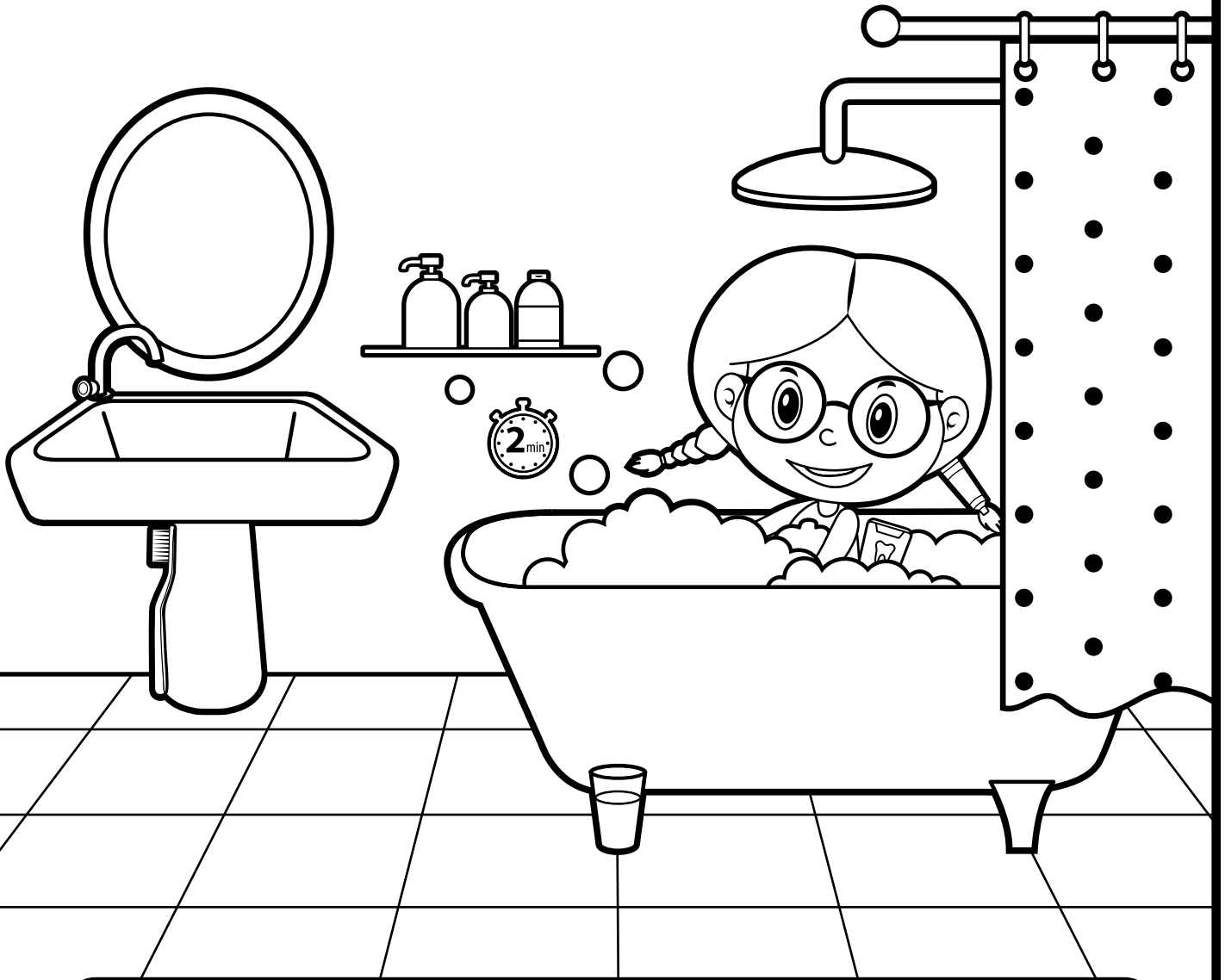
¿Puedes ayudar a llevar el hilo dental alrededor de todo el diente?

INICIO



BUSCA Y ENCUENTRA

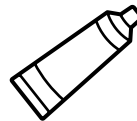
¿Puedes encontrar estas cosas escondidas en esta imagen?



HILO DENTAL



UNA BOCA QUE
SONRÍE



PASTA DE DIENTES



RELOJ DE DOS MINUTOS



CEPILLO DE
DIENTES



VASO DE AGUA

BUSCA LAS PALABRAS

¿Puedes ayudar a encontrar las palabras de salud de la boca escondidas en este juego de palabras, y luego ponerles un círculo?

Las palabras pueden encontrarse de manera horizontal, vertical o incluso diagonal.

D S H I L O D E N T A L A A J S
N G O D T T D E W Q X O A L E S
X D C B T T R W Q H D W X T V A
X E Í O S O N R I S A M N P Z F
A N Q O T Y C C A R I E S D V A
W T H V O H Q G F Z I F U Y D Í
D I T V F G I U F D O F R C R K
Y S P A S T A D E D I E N T E S
S T D L F L U O R U R O K X R R
K A G B G A F Z W A F Z U K L N
C E P I L L O D E D I E N T E S
O U F S E L L A N T E A A H N H
U M K T Z H E N C Í A S F V V U

CARIES

DENTISTA

HILO DENTAL

FLUORURO

SELLANTE

ENCÍAS

SONRISA

DIENTES

CEPILLO DE DIENTES

PASTA DE DIENTES

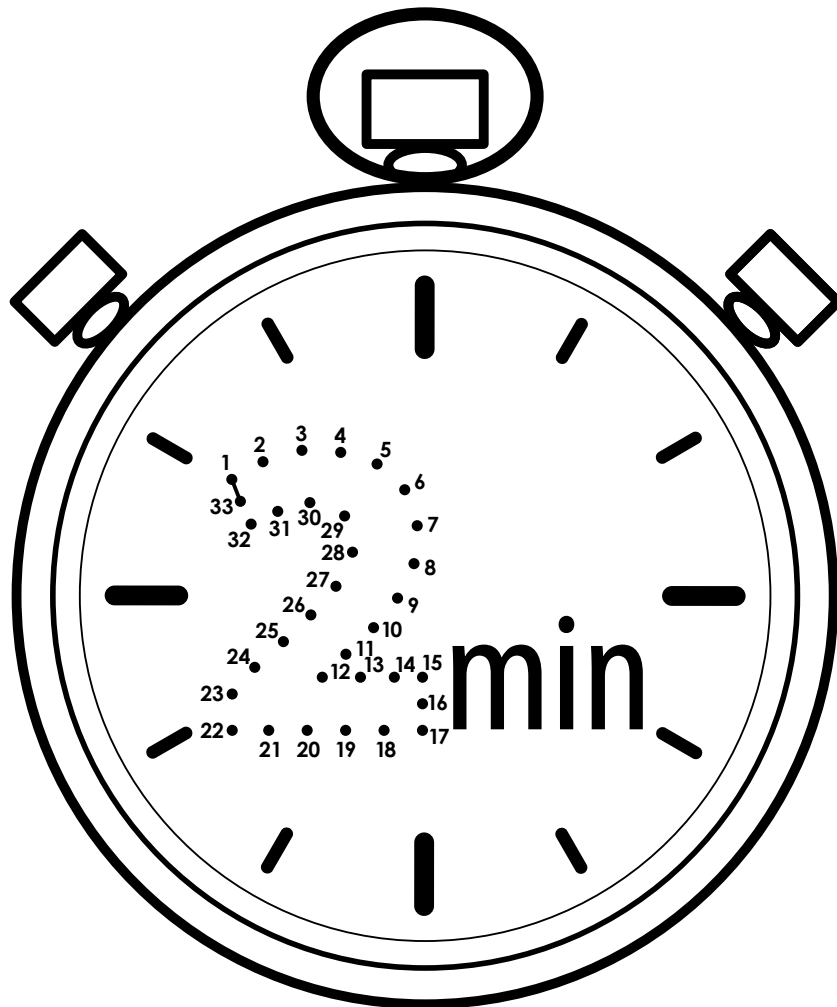


UNE LOS PUNTOS

¿Sabías que debes cepillarte los dientes durante al menos dos minutos por la mañana y antes de acostarte? Escuchar tu canción favorita durante dos minutos mientras te cepillas los dientes puede ayudarte.

Pon tu canción o ajusta el reloj por dos minutos cada vez que te cepilles los dientes. Hacerlo puede ayudar a eliminar todos los microbios que podrían estar en tus dientes.

¡Sé un héroe de salud de la boca! Une los puntos para encontrar una herramienta que te ayude con el tiempo.



Corta aquí

¡BUEN TRABAJO!

¡(Tu nombre)

aprendió muchísimo sobre la salud de la boca!

**Para ser un héroe de salud de la boca,
recuerda lo siguiente:**

- ¡Cepíllate los dientes dos veces por día!
- ¡Usa hilo dental todos los días!
- ¡Come frutas y verduras en lugar de alimentos azucarados!
- ¡Bebe agua de la llave que tenga fluoruro!
- ¡Visita al dentista con regularidad!

**Estas son algunas de las cosas
que aprendí:**

1 _____

2 _____

3 _____

