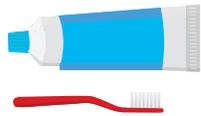




# CEPILLADO DE DIENTES

## Cepillado de dientes sin agua en su programa de cuidado infantil

Cree buenos hábitos de salud bucodental y reduzca el riesgo de caries terminando la hora de comer y de los refrigerios con esta sencilla rutina de cepillado de dientes. *Este método no requiere escupir en un lavabo ni enjuagarse con agua.*



### REUNIR

- Pequeñas tazas de papel.
- Pasta dentífrica con flúor.
- Cepillo de dientes de cerdas blandas de tamaño infantil etiquetado con el nombre del niño.
- Toallas de papel.



### PREPARAR

- Siente a los niños en sillas a una mesa.
- Ponga una taza, el cepillo de dientes del niño y una toalla de papel en el sitio de cada niño.
- Ponga una pizca de pasta dentífrica con flúor (del tamaño de un guisante para niños de 3 años y mayores y de un grano de arroz para los más pequeños) en el borde de la taza de cada niño.



### CEPILLAR

- Los niños recogen la pizca de pasta dentífrica con su cepillo de dientes.
- Anime a los niños a cepillarse haciendo pequeños círculos o con un movimiento de vaivén adelante y atrás.
- Anime a los niños a cepillarse las superficies de todos los dientes y la lengua con suavidad y a conciencia.



### LIMPIAR

- Los niños escupen la pasta dentífrica extra en sus tazas. No es necesario enjuagarse.
- Los niños se limpian la boca con sus toallas de papel y colocan las toallas de papel en sus tazas.
- Los niños ponen sus cepillos de dientes en sus tazas.



### GUARDAR

- Póngase guantes para enjuagar cada uno de los cepillos de dientes por separado con agua del grifo.
- Coloque los cepillos de dientes verticales en un soporte con al menos dos pulgadas de espacio entre las ranuras de modo que los cepillos de dientes no se toquen entre sí. Lávese las manos.

*Nota: Cambie los cepillos de dientes cada 3 meses.*