

# Cepillado de Dientes en la Mesa

*Cada sitio es único y puede ser necesario modificar las instrucciones que se dan a continuación.*

## Preparación

- ◆ Cada niño(a) debe tener su propio cepillo de dientes con su **nombre claramente escrito en el mango**. No se permite compartirlo ni tomar otro prestado.
- ◆ Los niños, y los maestros que ayudan en la actividad, **se deberán de lavar las manos antes de cepillarse los dientes**. Los maestros también pueden usar guantes desechables. (Si el cepillado de dientes se realiza después de comer, los niños no necesitan volver a lavarse las manos antes de cepillarse los dientes).
- ◆ Limpiar, enjuagar y desinfectar las mesas antes de la actividad del cepillado de dientes. (Si el cepillado de dientes se realiza inmediatamente después de una comida, no es necesario volver a desinfectar la mesa antes del cepillado).
- ◆ Llene una jarra con agua que provenga de un suministro de agua limpia (por ejemplo, de un fregadero de preparación de alimentos o un dispensador de agua).
- ◆ Para evitar la contaminación entre los alimentos, el(la) **maestro(a) deberá de distribuir puntos de pasta dental con fluoruro alrededor del borde de la taza o el plato** (como se muestra en la imagen).
  - Menos de 3 años → un punto del tamaño de un arroz
  - 3-6 años → un punto del tamaño de un chícharo



**Reemplace los cepillos de dientes cada 3-4 meses, o antes si hace contacto con el cepillo dental de otro niño(a) o con una superficie sucia, o si es utilizado por otro niño, o cuando las cerdas se desgasten.**

## Supervisión del Cepillado de Dientes

- ◆ El maestro(a) toma del estante el cepillo de dientes del estudiante, luego le pone un solo punto de la pasta dental que se encuentra dispensada en la orilla del plato, después se lo da al niño(a) junto con un vaso de papel que contiene una pequeña cantidad de agua limpia.
- ◆ El niño(a) comienza a cepillar la superficie de las muelas, luego continua alrededor de la boca con movimientos de izquierda a derecha y de arriba a abajo. **El cepillado continúa durante 2 minutos.** (La exposición a la pasta dental con fluoruro es beneficiosa incluso si se usa una técnica de cepillado inadecuada).
- ◆ El niño(a) toma un pequeño sorbo de agua del vaso de papel para enjuagarse la boca, escupiendo luego el agua y los residuos de pasta de dientes en el vaso.
- ◆ El niño(a) sostiene el cepillo de dientes sobre el recipiente de enjuague designado o sobre el lavabo, luego el maestro(a) vierte agua de la jarra sobre el cepillo de dientes para enjuagarlo. **(Nunca use agua de un lavabo para enjuagar un cepillo de dientes).**



## Limpieza

- ◆ El niño(a) entrega el cepillo de dientes al maestro(a), quien lo coloca en el lugar designado para el estudiante en el área de secado.
- ◆ El niño(a) tira el vaso de papel a la basura.
- ◆ Los niños se lavan las manos después de cepillarse los dientes.
- ◆ Limpiar la mesa siguiendo el proceso de 3 pasos (limpiar, enjuagar, desinfectar).