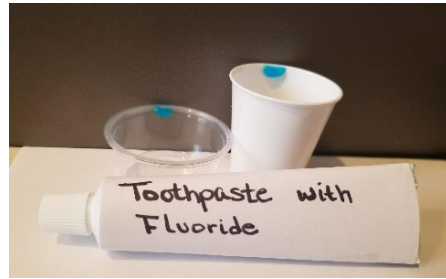


Cepillarse Los Dientes en La Mesa

Paso 1: Reunir Los Suministros

- Una jarra llena de agua de un dispensador de agua o de un fregadero de preparación de alimentos, **no de un lavamanos.**
- Guantes para el maestro que manipula cepillos de dientes.
- Un cepillo de dientes del tamaño adecuado para cada niño con su nombre escrito en el mango.
- Pasta dental con flúor.
- Vaso pequeño desechable de papel o plástico para cada uno.
- Toallas de papel



Paso 2: Prevenir La Propagación de Gérmenes

- El maestro limpia, enjuaga, y **desinfecta** las mesas antes del cepillado de dientes (consulte la nota a continuación).
- Los niños y los maestros **se lavan las manos antes de cepillarse los dientes.**
- El maestro coloca puntos del tamaño adecuado de pasta dental con flúor alrededor del borde de cada vaso.
- El maestro le da a cada niño un vaso con pasta dental y una toalla de papel.
- El maestro se pone guantes antes de entregar a cada niño su cepillo de dientes del estante de secado.

Nota: Si se cepillan los dientes inmediatamente después de comer, no es necesario desinfectar la mesa de nuevo y los niños no necesitan volver a lavarse las manos antes de comenzar a cepillarse los dientes.

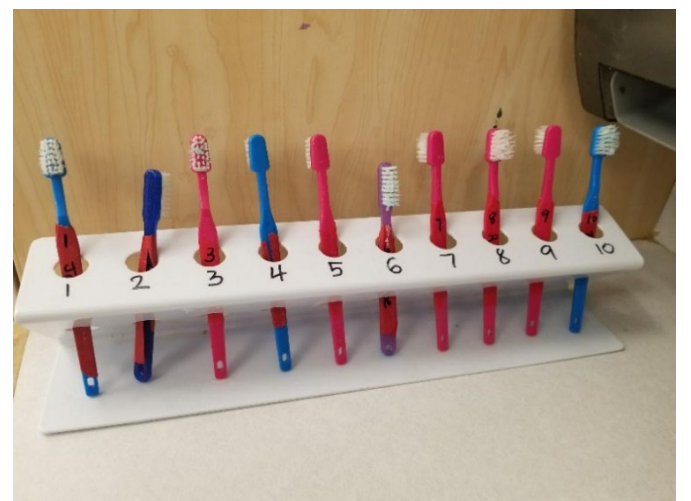
Paso 3: Cepillarse Los Dientes como Actividad Grupal

- Los niños utilizan el cepillo de dientes para recoger el punto de pasta dental del vaso.
- Los niños se cepillan con pequeños movimientos circulares en todas las caras de los dientes: interior, exterior y las superficies de masticación. Recuérdele a los niños que se cepillen la lengua. El maestro puede usar un temporizador o cantar una canción para fomentar **el cepillado durante 2 minutos.**
- Los niños escupen el exceso de pasta dental en el vaso. No es necesario enjuagar. Esto permite que el flúor de la pasta dental permanezca en los dientes y proporcione protección adicional contra las bacterias.
- Los niños pueden usar la toalla de papel para limpiarse la cara si es necesario.

Consejo: Que el maestro se siente en la mesa y se cepille los dientes con los niños es una excelente manera de ejemplificar esta actividad.

Paso 4: Limpiar y Almacenar Los Cepillos de Dientes

- Cada niño le da su cepillo de dientes al maestro y tira su vaso y toalla de papel al basurero.
- Los niños **se lavan las manos después de cepillarse.**
- Usando agua de la jarra, el maestro enjuaga cada cepillo de dientes sobre el lavamanos. **Nunca use agua de un lavamanos para enjuagar los cepillos de dientes.**
- El maestro coloca el cepillo de dientes en el espacio del niño en el estante de secado (consulte la nota a continuación).
- El maestro limpia, enjuaga, y **desinfecta** las mesas y luego les lava las manos.



Nota: Almacene los cepillos de dientes en posición vertical en un estante de secado con ranuras separadas al menos 2 pulgadas para que los cepillos no se toquen mientras se secan. Tanto los cepillos de dientes como las ranuras del estante de secado deben estar etiquetados con un número para que el cepillo siempre se guarde en la misma ranura. Reemplace los cepillos de dientes cada 3 o 4 meses, o antes si es necesario.