

Local Agency/Site Number _____ Date _____

Dientes sanos, sonrisas sanas: Evaluación

PB-000-08

La salud bucal se refiere a la salud de la boca, los dientes y las encías. La salud bucal es importante porque las personas necesitan dientes fuertes y sanos para masticar y comer, hablar claramente y sonreír. Esta lección tratará las maneras de prevenir las caries y mantener saludables las sonrisas de su familia.

Para obtener crédito por tomar esta clase:

- Lea el pizarrón *Dientes sanos, sonrisas sanas*.
- Luego, conteste las preguntas a continuación.
- Cuando termine, repase las respuestas con un miembro del personal de WIC.

1. Las caries ocurren cuando un diente empieza a descomponerse, pierde fuerza y quizás cambie de color. ¿Qué factores pueden causar las caries?
 - a) Microbios
 - b) Alimentos y refrescos azucarados
 - c) Mala higiene dental
 - d) Todas las respuestas anteriores

2. Falso o Verdadero

Las caries se pueden prevenir.

____ Verdadero

____ Falso

3. ¿A qué edad deben ir los niños al dentista por primera vez?
 - a) 6 meses
 - b) 12 meses
 - c) 2 años
 - d) 3 años

4. Describa una buena rutina diaria para la salud bucal de su familia.
-

5. Clasifique los alimentos a continuación como **A** o **B**:

A) Bocadillo saludable que ayudará a fortalecer los dientes.

B) Bocadillo azucarado o masticable que puede quedar pegado a los dientes y causar caries.

____ Frutas

____ Yogur

____ Caramelos

____ Queso

____ Verduras

____ Gomitas

6. ¿Cuál es un hábito dental sano que quiere empezar este mes con su familia?

a) Ofrecer solo agua antes de acostarse.

b) Tomar pasos para que mi hijo deje el biberón.

c) Comer una dieta saludable y balanceada.

d) Practicar la seguridad dental comiendo la cena en la mesa.

e) Cepillarse los dientes 2 veces al día.

f) Limitar alimentos y refrescos azucarados.

g) Ir al dentista.

h) Otro _____

7. Los padres pueden ser un buen modelo para sus hijos yendo al dentista 2 veces al año. ¿Se ha hecho un examen dental durante el último año?

____ Sí

____ No

Si contesta "No", hable con el miembro del personal de WIC para que le dé un envío dental.

8. ¿Ha ido su hijo al dentista?

____ Sí

____ No

Si contesta "No", vea la información de Pasos Sanos de Texas acerca de ir al dentista.

Pasos Sanos de Texas (THSteps) brinda exámenes médicos y dentales periódicos y servicios de administración de casos para bebés, niños y jóvenes sin costo alguno para usted. Para más información acerca de **Pasos Sanos de Texas**, llame al:

1-877-847-8377 (1-877THSTEPS), de lunes a viernes, de 8 a.m. a 8 p.m.