



# Repasa sobre la salud oral

## Mazo de 2013

- Competencia cultural y lingüística
- ¿Cómo pueden los conocimientos, las actitudes y las creencias afectar la salud oral?
- Mejora de la competencia cultural y lingüística en salud oral: Lo que el personal de Head Start puede hacer
- Rincón del cocinero: Recetas para refrigerios saludables

## ¿Sabía usted?

Más de 55 millones de personas en los Estados Unidos hablan un idioma distinto del inglés en su hogar, y se hablan, como mínimo, 381 idiomas en el país. Los cuatro grupos lingüísticos principales distintos del inglés son el español, los idiomas indoeuropeos (la mayoría de los idiomas de Europa y la India), los idiomas de las islas asiáticas y del Pacífico, y todos los demás idiomas. Los idiomas de los indios americanos y los nativos de Alaska (AIAN) están incluidos en la categoría de todos los demás idiomas. Se hablan ciento treinta y tres idiomas de AIAN en los Estados Unidos.

## Competencia cultural y lingüística

La cultura y el lenguaje desempeñan una función importante en la mejora de la salud oral y la [alfabetización en salud oral](#) de las mujeres embarazadas y los niños inscritos en Head Start y sus familias. Para ser comunicadores efectivos, el personal de Head Start debe poder reconocer y apreciar las actitudes, las creencias y las prácticas únicas de las poblaciones a las que prestan servicios. La competencia cultural y lingüística incluye respetar la diversidad racial y

étnica. Implica también esforzarse por comprender cómo los idiomas que las personas hablan y las características únicas de sus familias afectan su comprensión de los mensajes sobre salud oral.

Este número de *Brush Up on Oral Health* se enfoca en la competencia cultural y lingüística, por qué es importante y lo que el personal de Head Start puede hacer para convertirse en mejores comunicadores sobre la salud oral.



# ¿Cómo pueden los conocimientos, las actitudes y las creencias afectar la salud oral?

El conocimiento, las actitudes y las creencias pueden afectar la salud oral de diferentes maneras. Por ejemplo:

- La falta de conocimiento y creencias sobre los dientes primarios puede afectar la disposición a procurar cuidados de la salud oral para los niños.<sup>a</sup>
- Las creencias sobre qué causa las enfermedades orales y cómo evitarlas pueden influir en las actitudes sobre la adopción de buenos hábitos de cuidado oral y la búsqueda de atención médica oral antes de que se produzca dolor.<sup>a</sup>
- El miedo, ya sea por creencias de la comunidad o por malas experiencias personales, puede influir en las actitudes sobre dónde y cómo obtener cuidados de la salud oral.<sup>a</sup>
- Las inquietudes de salud y seguridad que se transmiten desde los países de origen de los inmigrantes afectan su disposición a utilizar recursos de fácil acceso para una buena salud oral, como beber agua corriente fluorada.
- Los mitos y los rumores, combinados con los obstáculos lingüísticos, pueden impedir que los padres adopten recomendaciones verificadas, como cepillar los dientes de un niño con una pequeñísima cantidad de pasta dental con flúor tan pronto como aparezca el primer diente.<sup>b</sup>

## Fuentes

a Hilton I.V., Stephen S., Barker J.C., Weintraub J.A. 2007. [Cultural factors and children's oral health care: A qualitative study of careers of young children](#). *Community Dentistry and Oral Epidemiology* 35(6): 429–438.

b dos Santos A.P.P., Nadanovsky P., de Oliveria B.H. 2012. [A systematic review and metaanalysis of the effects of fluoride toothpastes on the prevention of dental caries in the primary dentition of preschool children](#). *Community Dentistry and Oral Epidemiology* 41(8): 1-12.

## Mejora de la competencia cultural y lingüística en salud oral: Lo que el personal de Head Start puede hacer

Hay muchas maneras en que el personal de Head Start puede ayudar a mejorar su propia competencia cultural y lingüística, por ejemplo:

- Aprender sobre las actitudes, las creencias, las prácticas y los idiomas de las poblaciones a las que el programa Head Start presta servicios.
- Reclutar y utilizar promotores de salud o pares, personal bilingüe/bicultural, intérpretes o traductores capacitados, administradores de casos o grupos de apoyo para ayudar a incorporar valores culturales a la educación y las actividades sobre salud oral.
- Pedirles a los miembros de la comunidad que ayuden a identificar y desarrollar enfoques culturalmente adecuados para abordar problemas e inquietudes sobre salud oral.
- Analizar las actitudes, las creencias, las prácticas y los idiomas de las poblaciones a las que el programa Head Start presta servicios con profesionales de la salud oral que desean obtener más información sobre estos temas.

## Rincón del cocinero: Recetas para refrigerios saludables

Aquí hay un refrigerio delicioso y saludable que el personal y los niños pueden preparar en un aula de Head Start o en el hogar con sus familias.

### Humus casero

#### Ingredientes

- 2 dientes de ajo, cortados en pedazos muy pequeños
- 2 latas de 15 onzas de garbanzos, escurridos y enjuagados
- 2/3 taza de tahini (a partir de sésamo asado, no crudo)
- 1/2 taza de agua
- 1/4 taza de aceite de oliva
- 1/2 cucharadita de sal



#### Instrucciones

1. Colocar el ajo, los garbanzos, la tahini, el jugo de limón, el agua y el aceite de oliva en una licuadora o procesadora de alimentos. Mezclar hasta que la mezcla esté homogénea.
2. Agregar sal y mezclar.
3. Colocar el hummus en un tazón.
4. Servir el hummus con pan de pita, galletas saladas o verduras crudas, como zanahorias o apio cortado en tiras finas.

#### Rinde 8 porciones

## Contáctenos

Personal del boletín de noticias sobre salud oral del Centro Nacional de Salud

Katrina Holt: kholt@georgetown.edu • (202) 784-9551

Beth Lowe: eal38@georgetown.edu • (202) 687-1864

El Centro Nacional de Salud y Bienestar en la Primera Infancia agradece sus comentarios sobre este número, así como sus sugerencias para futuras publicaciones. Por favor, envíe sus comentarios a [health@ecetta.info](mailto:health@ecetta.info) o llame al 866-763-6481.

Suscríbese y consulte números anteriores en [Brush Up on Oral Health](#)

Este boletín de noticias fue preparado conforme al contrato N.º 9OHC0005 para el Departamento de Salud y Servicios Humanos de los EE. UU., Administración de Niños y Familias, Oficina de Head Start, por el Centro Nacional de Salud. Esta publicación es de dominio público, y ninguna persona u organización puede reclamar derechos de autor.

***¡La preparación escolar comienza con la salud!***



ADMINISTRATION FOR  
**CHILDREN & FAMILIES**

