

# Lista de verificación para el personal de cuidado infantil: Buenas prácticas para una buena salud oral



*El personal desempeña una función importante para promover la salud oral en los programas de cuidado infantil. El personal puede marcar los puntos a continuación para indicar qué hacen para promover la buena salud oral de los bebés y niños pequeños. Los puntos sin marcar pueden servir como metas a alcanzar para ayudar al personal a mejorar sus prácticas relacionadas con las comidas y las bebidas y la higiene oral.*

## Bebés (nacimiento a 1 año)

### Comidas y bebidas

- Sostener al bebé cuando se lo alimenta con leche materna o fórmula parabebé de un biberón.
- Nunca acostar al bebé para dormir con biberones o vasos antiderrame. Además, nunca apoyar el biberón en la boca del niño.
- Cuando el bebé puede comer alimentos sólidos, se le debe dar alimentos saludables como frutas, vegetales, productos lácteos (queso, yogur) y productos integrales (pan, cereal) para las comidas y refrigerios. Siga los requisitos del Programa de Alimentos para el Cuidado de Niños y Adultos del Departamento de Agricultura de los EE. UU. para la preparación, servicio y almacenamiento de comidas y refrigerios.
- No servir jugo a los bebés.
- Ofrecer agua corriente, idealmente con flúor, a los bebés mayores de 6 meses a lo largo del día.





## Higiene oral

- ❑ Asegurarse de que cada bebé tenga su propio cepillo de dientes para bebés con cerdas suaves. Se debe etiquetar el cepillo de dientes con el nombre del bebé.
- ❑ Cambiar el cepillo de dientes de cada niño pequeño cada 3-4 meses, cuando las cerdas se desgasten o dañen, o después de una enfermedad.
- ❑ El personal del programa de cuidado infantil debe usar guantes cuando le cepilla los dientes a los bebés.
- ❑ Cepillar los dientes de los bebés con una pequeña cantidad (del tamaño de un grano de arroz) de pasta dental con flúor en cuanto sale el primer diente.



## Niños pequeños (de 1 a 3 años)

### Comidas y bebidas

- ❑ No se debe permitir que los niños pequeños lleven biberones o vasos antiderrame.
- ❑ Dar a los niños pequeños comidas saludables como frutas, vegetales, leche y productos lácteos (queso, yogur) y productos integrales (pan, cereal) para las comidas y refrigerios. Siga los requisitos del Programa de Alimentos para el Cuidado de Niños y Adultos del Departamento de Agricultura de los EE. UU. para la preparación, servicio y almacenamiento de comidas y refrigerios.
- ❑ Si se les sirve jugo a los niños pequeños, no se le debe dar más de 4 onzas de jugo de 100% fruta por día. El jugo se debe servir en un vaso, no en un biberón o vaso antiderrame.
- ❑ Limitar los alimentos y bebidas con azúcar agregada. Si se sirven alimentos y bebidas con azúcar agregada a los niños pequeños, debe ser como parte de una comida, no como refrigerio.
- ❑ Ofrecer a los niños pequeños agua corriente, idealmente con flúor, durante el día, y alentarlos a que tomen agua.



## Higiene oral

- ❑ Asegurarse de que cada niño pequeño tenga su propio cepillo de dientes para niños con cerdas suaves. Se debe etiquetar el cepillo de dientes con el nombre del niño pequeño.



- ❑ El personal del programa de cuidado infantil debe usar guantes cuando ayuda a los niños a cepillarse los dientes.
- ❑ Cuando se dispensa pasta dental de un tubo, debe colocar la pasta dental para cada niño pequeño en el borde de un vaso o en un pedazo de papel encerado, y recoger la pasta dental del vaso o papel encerado con el cepillo de dientes del niño pequeño. O asegurarse de que cada niño pequeño tenga su propio tubo de pasta dental con flúor etiquetado.
- ❑ Ayudar a los niños pequeños a cepillarse los dientes con una pequeña cantidad de pasta dental con flúor.
- ❑ Después del cepillado, los niños pequeños deben dejar caer la pasta dental restante en un vaso, pero no deben enjuagarse. Luego, los niños pequeños se deben limpiar la boca con una servilleta y colocar la servilleta dentro del vaso. Los vasos y las servilletas se arrojan a la basura.
- ❑ No se debe permitir que los niños pequeños jueguen con los cepillos de dientes.
- ❑ Debe enjuagar cada cepillo de dientes, y guardarlos en un portacepillos que permita que se sequen (sin funda para cepillos de dientes) en una posición vertical sin que se toquen entre sí.
- ❑ Se debe desinfectar el lavabo después de que todos los cepillos de dientes se enjuaguen y guarden.



## Niños (de 3 a 5 años)

### Comidas y bebidas

- ❑ Dar a los niños comidas saludables como frutas, vegetales, leche y productos lácteos (queso, yogur) y productos integrales (pan, cereal) para las comidas y refrigerios. Siga los requisitos del Programa de Alimentos para el Cuidado de Niños y Adultos del Departamento de Agricultura de los EE. UU. para la preparación, servicio y almacenamiento de comidas y refrigerios.
- ❑ Si se les sirve jugo a los niños, no se le debe dar más de 4 a 6 onzas de jugo de 100% fruta por día.
- ❑ Limitar los alimentos y bebidas con azúcar agregada. Si se sirven alimentos y bebidas con azúcar agregada a los niños, debe ser como parte de una comida, no como refrigerio.
- ❑ Ofrecer a los niños agua corriente, idealmente con flúor, durante el día, y alentarlos a que tomen agua.



## Higiene oral

- Asegurarse de que cada niño tenga su propio cepillo de dientes para niños con cerdas suaves. Se debe etiquetar el cepillo de dientes con el nombre del niño.
- Cambiar el cepillo de dientes de cada niño cada 3-4 meses, cuando las cerdas se desgasten o dañen, o después de una enfermedad.
- El personal del programa de cuidado infantil debe usar guantes cuando ayuda a los niños a cepillarse los dientes.
- Cuando se dispensa pasta dental de un tubo, debe colocar una cantidad del tamaño de un guisante de pasta dental para cada niño en el borde de un vaso o en un pedazo limpio de papel encerado, y los niños deben recoger la pasta dental del vaso o papel encerado con el cepillo de dientes del niño. O asegurarse de que cada niño tenga su propio tubo de pasta dental con flúor etiquetado.
- Ayudar a los niños a cepillarse los dientes con una cantidad del tamaño de un guisante de pasta dental con flúor.
- Después del cepillado, los niños escupen la pasta dental restante en un vaso, pero no deben enjuagarse. Luego, los niños se deben limpiar la boca con una servilleta y colocar la servilleta dentro del vaso. Los vasos y las servilletas se arrojan a la basura.
- No se debe permitir que los niños jueguen con los cepillos de dientes.
- Debe enjuagar cada cepillo de dientes, y guardarlos en un portacepillos que permita que se sequen (sin funda para cepillos de dientes) en una posición vertical sin que se toquen entre sí.
- Se debe desinfectar el lavabo después de que todos los cepillos de dientes se enjuaguen y guarden.
- Promueva una buena salud oral incluyendo regularmente temas de la salud oral en el plan de estudio, tales como:
  - Comer alimentos saludables
  - Cepillarse los dientes con pasta dental con flúor
  - Visitar una clínica o consultorio dental
  - Prevenir las lesiones orales, por ejemplo, usando casco cuando usan el triciclo o scooter





## Emergencias de la salud oral

- Es importante tener un plan y un kit de primeros auxilios para manejar emergencias de la salud oral, tales como:
  - Dolor en los dientes
  - Corte o mordedura de lengua, labio o mejilla
  - Diente roto, mandíbula rota
  - Sangrado continuo cuando se cae un diente primario (de bebé)
- Tener un plan para transportar a un niño con una emergencia de la salud oral al dentista del niño o a la fuente más cerca de atención de emergencia de la salud oral.
- Debe tener la información de contacto del dentista de cada niño y una autorización firmada que permita al dentista de cada niño compartir la información con el proveedor del cuidado infantil del niño.



### Citar como:

Holt K, Lowe B. 2019. *Lista de verificación para el personal de cuidado infantil: buenas prácticas para una buena salud oral*. Itasca, IL: Centro Nacional en Salud y Bienestar en la Primera Infancia.

Adaptado con el permiso del Centro Nacional de Recursos para la Salud y Seguridad en el Cuidado Infantil y la Educación Temprana. 2008. *Lista de verificación para padres para buenas prácticas de la salud dental en el cuidado infantil*. Denver, CO: Centro Nacional de Recursos para la Salud y Seguridad en el Cuidado Infantil y la Educación Temprana.

Esta publicación fue desarrollada con fondos del acuerdo cooperativo #90HC0013 para el Departamento de Salud y Servicios Humanos de los EE. UU., Administración de Niños y Familias, Oficina de Head Start y Oficina de Cuidado Infantil, y Administración de Servicios y Recursos de la Salud, Oficina de Salud Infantil y Maternal, por el Centro Nacional de Salud y Bienestar en la Primera Infancia. Este recurso puede ser reproducido sin permiso alguno para usos no comerciales. Esta publicación es de dominio público, y ninguna persona u organización puede reclamar derechos de autor.



ADMINISTRATION FOR  
**CHILDREN & FAMILIES**



NATIONAL CENTER ON  
Early Childhood Health and Wellness