



Colgate®

SONRISAS BRILLANTES,  
FUTUROS BRILLANTES™



# Dr. Muelitas

y los

## DEFENSORES DE LOS DIENTES



Un programa de  
Educación en Salud Bucal



**Apreciado Profesor,**

Bienvenido a **Sonrisas Brillantes, Futuros Brillantes de Colgate!** Ahora usted es parte de un legado que se ha mantenido por 21 años y que brinda mensajes positivos de salud bucal a los niños alrededor del mundo en salones de clase como el suyo.

**Cooperación Global**

Cada año, el programa global de educación en salud bucal de la compañía Colgate – Palmolive Sonrisas Brillantes, Futuros Brillantes® (SBFB) el cual ha recibido varios premios, llega a 50 millones de niños escolares y a sus familias en 30 idiomas y 80 países. Son profesores como usted los que han logrado que este programa basado en el autoestima sea un éxito internacional!

Colgate reconoce que al fomentar la cooperación entre los gobiernos, organizaciones profesionales, organizaciones de salud y de educación y los profesionales de la salud, se fortalece el impacto de la iniciativa SBFB alrededor del mundo. El programa SBFB fue desarrollado con el apoyo de un Comité Asesor Internacional conformado por expertos multiculturales en educación y salud bucal, y ha sido probado con niños y profesores en salones de clase reales. Juntos, con la ayuda de educadores como usted, se convierte en una verdadera cooperación para el apoyo de la salud de los niños!

**SBFB: Empoderamiento para el Futuro.**

Sonrisas Brillantes, Futuros Brillantes brinda a profesores, niños y a sus familias alrededor del mundo las herramientas que necesitan para hacer que la salud bucal sea un componente permanente de sus vidas. Con el enfoque en la prevención, el programa construye autoestima y enseña buenas prácticas de salud bucal para establecer hábitos para toda la vida. Y lo más importante, SBFB inspira a los niños a **tomar el control de su propia salud bucal.** Sus mensajes de empoderamiento permiten que los niños no sólo comprendan “qué” hacer para cuidar sus dientes y encías, sino también el “por qué” detrás de estos mensajes. De esta forma, SBFB les da las herramientas para convertirse en **Defensores de los Dientes** para toda la vida.

Bienvenido a SBFB. Aplaudimos su compromiso en ayudar a sus estudiantes a conservar sonrisas brillantes para toda la vida.

**Marsha Butler, DDS**

SBFB Iniciativa Global de Salud Bucal  
Compañía Colgate Palmolive.



**Gracias a Nuestros Asesores!**

**Alice M Horowitz, PhD**  
*Escuela de Salud Pública*  
Universidad de Maryland  
USA

**Colleen Winney**  
*Consultor de Programas de*  
*Educación Asuntos Científicos*  
Compañía Colgate Palmolive  
Australia

**Lisa Papagiannoulis**  
*Profesor y Director Departamento*  
*de Odontología Pediátrica*  
Facultad de Odontología,  
Universidad de Atenas  
Grecia

**En esta Guía**

Sobre el Programa .....3  
 Una Mirada a los Componentes de SBFB .....3  
 Mensajes clave .....3  
 Actividades en el Salón de Clase y Copias..... 4-19  
 Rompecabezas adicionales .....20  
 Fomentando la Participación Familiar .....21  
 Estándares Educativos: resumen..... 22-23  
 Compromiso de los Defensores de los Dientes 24

## Sobre el Programa

Desde 1991, Sonrisas Brillantes, Futuros Brillantes (SBFB) de Colgate, ha facilitado a los profesores como usted la integración de la salud bucal en el salón de clase. Ahora, el programa más reciente de la serie SBFB, recoge el probado y verdadero encanto de los súper héroes y los poderes especiales en un programa que seguro entusiasmará a sus estudiantes!

Este interesante programa, basado en actividades, se ajusta a su currículo existente, de tal forma que no sea necesario agregar una nueva unidad. Su enfoque basado en estándares ayuda a facilitar el cubrir los objetivos de aprendizaje esenciales, y es flexible también, para que usted pueda adaptarlo a las necesidades de su salón de clase. Y lo mejor de todo, a sus estudiantes les encantará!

- **En los componentes multimedia** aparecen los personajes del Dr. Muelitas y la Dra. Sonrisas – dos odontólogos que guían a un grupo de niños para que ellos se conviertan en “súper héroes” Defensores de los Dientes. Juntos, los miembros del equipo llevan a cabo la misión para proteger a la Ciudad de los Dientes del villano pegajoso y azucarado: Plácula!
- **Los materiales fáciles de usar**, fueron desarrollados por profesores y expertos en salud bucal alrededor del mundo. Además de adaptarse a su currículo, los componentes (que son adecuados para las etapas de desarrollo) son diseñados para desafiar a los niños para que se responsabilicen de su propia salud bucal.
- **La participación familiar** es una parte importante de la metodología SBFB. Encontrará ideas para involucrar a los padres y otros miembros de la familia en el tópico de salud bucal que se incluye a lo largo de la guía.



Ahora, observe los materiales – luego invite a sus estudiantes a conformar un equipo con el Dr. Muelitas y los Defensores de los Dientes y convertirse en súper héroes en la protección de sus propias sonrisas brillantes!

## Un Vistazo a los Componentes



Guía para los Profesores con Actividades para el Salón de Clase



Video:  
**El Dr. Muelitas y los Defensores de los Dientes**



Libro de cuentos.  
**Los Defensores de los Dientes, cómo empezó todo.**



Poster con dos caras:

**Se un Defensor de los Dientes!** Cómo cepillarte.  
**Desafío de los Defensores de los Dientes:**

Descubre tus Súper Poderes de Sonrisas Brillantes



Folleto para que los padres lleven a casa: **La Sonrisa Brillante de tu Hijo.**

### Mensajes Claves de Sonrisas Brillantes

- Cepíllate con crema dental con flúor tres veces al día, especialmente después del desayuno y antes de acostarte.
- Usa el hilo dental a diario
- Usa enjuague con flúor
- Disminuye el número de veces que comes alimentos dulces y pegajosos
- Visita regularmente a tu odontólogo
- La salud bucal es una parte importante de la salud en general.

### Clave para “preparar la clase”:

- Elementos requeridos
- ▶ Cosas por hacer antes de la clase

# CLASE 1

## El entrenamiento de un Defensor de los Dientes Comienza con una Sonrisa!

### Una Mirada a la Clase

En esta lección introductoria, los estudiantes comienzan su entrenamiento como Defensores de los Dientes al explorar sonrisas brillantes y cómo la salud bucal se relaciona con su vida diaria. Además llevan a casa la exploración de la sonrisa para compartirla.

### Prepare la clase

- Traiga papel, crayolas y lápices de colorear
- ▶ Haga una copia para cada estudiante del folleto **Compartiendo Sonrisas Brillantes**

**Tiempo Requerido:** 30 minutos

#### Clave para "preparar la clase":

- Elementos requeridos
- ▶ Cosas por hacer antes de la clase

**Listos para la acción!**

### 1. Atraer. Comparte una Sonrisa.

- ¿Cómo se ve una sonrisa brillante? Rete a los estudiantes para que respondan este acertijo- los hará sonreír. ¿Qué pasa si mezclamos un puercoespín y una jirafa? (Respuesta: Un cepillo de dientes con cuello largo).

### 2. Explorar. Búsqueda del Tesoro en la Ciudad de los Dientes

- Distribuya copias de Compartiendo Sonrisas Brillantes a cada uno de los estudiantes. Tomando a los compañeros como modelo, cada estudiante dibujará una sonrisa brillante y saludable.
- Invite a los estudiantes a que muestren sus dibujos de sonrisas en el Tablero de Anuncios de Sonrisas Brillantes (ver recuadro abajo) y que compartan lo que saben sobre la salud bucal:
  - ¿Para qué usamos los dientes? (Hablar, sonreír, comer, masticar)
  - ¿Qué significa salud bucal? (salud bucal significa dientes y encías fuertes y saludables; una buena salud bucal es una parte importante de la salud general).
  - ¿Quién está a cargo de mantener sus dientes saludables? (Nosotros lo estamos -con ayuda de los padres para usar el hilo dental, y de los profesionales de salud bucal para revisar nuestros dientes regularmente).
  - ¿Cómo podemos mantener nuestra sonrisa brillante? (Comparta los Mensajes Clave que se encuentran en la página 3; péguelos en el Tablero de Anuncios de Sonrisas Brillantes).



### Tablero de Anuncios de Sonrisas Brillantes

A través de la exploración de SBFB en clase, muestre los logros de sus estudiantes como "Defensores de los Dientes en Formación!". Cree un Tablero de Anuncios de Sonrisas Brillantes para exponer los proyectos de todas las clases, como también los posters.





# MISIÓN #1

Nombre del niño \_\_\_\_\_

## Compartiendo Sonrisas Brillantes

Comienza tu entrenamiento como Defensor de los dientes con la “exploración de una sonrisa”

Dibuja como se ve una sonrisa brillante:

¿Cómo puedo conservar mi sonrisa brillante?  
Dibuja o escribe tus ideas:

Llena los espacios en blanco:

Mis dientes son una parte importante de mi sonrisa. Mis dientes me ayudan a:

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_ !

¿Cómo puedes compartir una sonrisa con alguien que tu quieres? Encuentra la respuesta preguntándole a alguien de tu familia.

Yo le pregunté a \_\_\_\_\_  
lo que hace que él/ella sonría. Aquí está la respuesta:

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_



# CLASE 2

## El Dr Muelitas y los Defensores de los Dientes.

### Una Mirada a la Clase

Es hora de que los estudiantes conozcan a sus mentores súper-héroes el Dr. Muelitas y la Dra. Sonrisas junto con el equipo de los Defensores de los Dientes! Ellos explorarán el video escena por escena y mediante una búsqueda del tesoro; aprenderán el vocabulario de la salud bucal; y descubrirán por qué es importante convertirse en un Defensor de los Dientes.

**Listos para la acción!**

### Prepare la clase

- Video: **El Dr. Muelitas y los Defensores de los Dientes.** Pantalla de televisión o proyector.
- Presentación escena por escena comenzando en la página 7.
- ▶ Haga una copia para cada estudiante del folleto **Búsqueda del Tesoro en la Ciudad de los Dientes.**

**Tiempo Requerido: 30 minutos x 2**

#### 1. Atraer: Conociendo a los Defensores de los Dientes.

- Promueva que sus estudiantes compartan el nombre y el poder de su súper héroe favorito.
- Prepare a la clase para el video: están a punto de conocer algunos súper héroes conocidos como el **Dr. Muelitas**, la **Dra. Sonrisas** y los **Defensores de los Dientes!** En este cuento de aventura, cuatro niños como ellos emprenden una misión para defender la Ciudad de los Dientes al practicar buenos hábitos de salud bucal y al combatir a Plácula (la placa).

#### 2. Explorar: Búsqueda del Tesoro en la Ciudad de los Dientes.

- Ponga el video una vez sin interrupción, recordando a los estudiantes que pongan atención a los detalles.
- Haga que los estudiantes usen la información del video para comenzar a usar el folleto de la **Búsqueda del Tesoro en la Ciudad de los Dientes**, completando lo que ellos puedan recordar de esa primera proyección.

#### 3. Explicar: Escena por escena con los súper héroes.

- Explorar los mensajes de salud bucal usando la presentación escena por escena. Ponga el video de nuevo, y haga una pausa después de cada escena para discutir el vocabulario nuevo y los tópicos de salud bucal representados en él.
- Permita que los estudiantes revisen y completen sus folletos de la **Búsqueda del Tesoro en la Ciudad de los Dientes.**

#### 4. Evaluar: Preguntas de los Defensores de los Dientes.

- Escriba "Quién, Qué, Cuándo, Dónde, Por qué" en el tablero. Rete a los estudiantes a preguntas sobre los defensores de los dientes, tales como: *¿Quiénes son los personajes? ¿Qué estaba pasando cuando cayó la tormenta? ¿Dónde atacó Plácula?*
- Haga una lista de las respuestas en el tablero, y anime a los estudiantes a formular sus propias preguntas desafiantes.



#### Respuestas del folleto de la Búsqueda del Tesoro en la Ciudad de los Dientes:

1. Cepillo de dientes; 3 veces al día.
2. Hilo Dental; 8 años de edad.
3. Alimentos dulces y pegajosos.
4. Dulces pegajosos, refrescos, gomitas, pastelitos, donas.
5. Placa; dibujo de un diente con caries.
6. Crema dental con flúor
7. Enjuague con flúor;(b) combate a Plácula.
8. Colmillos convence al niño para que deje de comer dulces.
9. Cuerpo (refuerce que una sonrisa brillante es algo que se puede compartir con orgullo).
10. Las respuestas incluyen: Poder de la crema dental con flúor, poder del cepillo dental, poder del hilo dental.

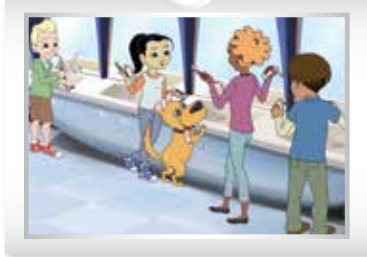
## Conozca a los Personajes.



La historia comienza en la habitación de un niño — entramos en su boca para encontrarnos en la brillante Ciudad de los Dientes, el hogar de los Defensores de los Dientes!

1

Cuatro niños comunes y corrientes — Rosa, Juan, Ana y Miguel — terminan su desayuno saludable y se van a cepillar sus dientes. Mientras se cepillan, conversan sobre las cosas importantes que debes hacer cuando te cepillas. Pero espera — ellos descubren que su perrito, Colmillos, necesita ayuda para aprender a cuidar sus dientes!



### Explora:

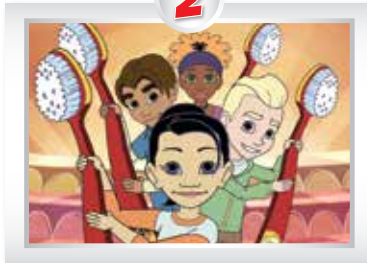
¿Qué elementos utilizan los niños para cepillarse sus dientes?  
¿Cuáles son esas cosas importantes que debes hacer cuando te cepillas?

### Mensajes claves para la discusión:

- Cepíllate tres veces al día con crema dental con flúor, especialmente después del desayuno y antes de irte a acostar.
- Nunca compartas tu cepillo de dientes.
- Reemplaza tu cepillo de dientes cada 3 meses o cuando esté desgastado.
- Usa una pequeña cantidad de crema dental con flúor y cepíllate por 2 minutos.

2

Los niños empiezan a cantar una canción que resalta la importancia de conservar una sonrisa brillante y reluciente. El Dr. Muelitas y la Dra. Sonrisas — los odontólogos favoritos de los niños — se unen a la canción.



### Explora:

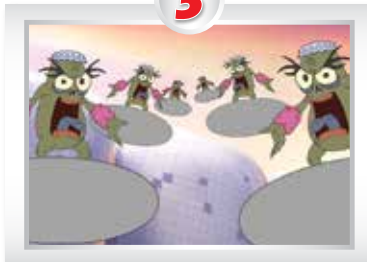
Cante la canción con sus estudiantes (vea la letra en la página 18). Luego pregunte: ¿qué aprendieron de la canción? ¿Por qué es importante conservar una sonrisa limpia y reluciente?

### Mensajes claves para la discusión:

- Cepíllate con crema dental con flúor tres veces al día.
- Usa el hilo dental todos los días
- Usa enjuague bucal
- Disminuye el número de veces que comes alimentos dulces y pegajosos.
- Visita al odontólogo regularmente.
- La salud bucal es una parte importante de la salud general.

3

Viajamos al centro de la Ciudad de los Dientes, donde el Dr. Muelitas y la Dra. Sonrisas son entrevistados por la reportera estrella Perla Blanca. De repente, el cielo es invadido por los monstruos de la placa que vuelan en sus naves Disparadoras de Ácido. Los Odontólogos Dinámicos llaman a los Defensores de los Dientes para que entren en acción.



### Explora:

¿Qué hacen los monstruos de la placa? ¿Por qué son malos?

### Mensajes claves para la Discusión:

- Disminuye el número de veces que comes alimentos dulces y pegajosos.
- La placa son bacterias que se mezclan con los alimentos para producir ácido. Puede atacar los dientes cada vez que comes.
- Las principales herramientas de los Defensores de los Dientes incluyen la crema dental con flúor, los cepillos de dientes (reemplazados regularmente), el enjuague con flúor, el hilo dental y las visitas regulares al odontólogo.

4

Tiempo para la acción! Los Defensores de los Dientes usan sus poderes dentales para combatir los Monstruos de la Placa y limpiar la Ciudad de los Dientes. Rosa, con el poder del Cepillo de Dientes, limpia los edificios con crema dental con flúor que fue suministrada por el Dúo de la Crema Dental (Juan y Ana). Miguel, con el poder del Hilo Dental, se encarga de los monstruos de la placa que se esconden entre los edificios (dientes). El Dr. Muelitas y la Dra. Sonrisas les echan una mano y les dan ánimo a los Defensores de los Dientes – estos dos súper odontólogos están siempre presentes como compañeros de la salud bucal.



## Explora:

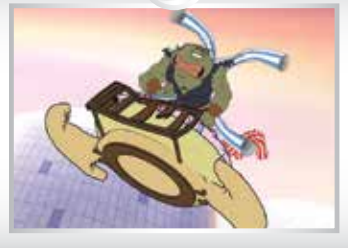
¿cómo hacen los Defensores de los Dientes para mantener alejados a los Monstruos de la Placa? ¿Cómo cepillan los edificios de los dientes para limpiarlos?

## Mensajes Claves para la Discusión

- Cepilla todas las superficies de los dientes: arriba, abajo, adentro, afuera y la lengua.
- Asegúrate de cepillar los molares que son los dientes que están más atrás en la boca.
- El cepillado con crema dental con flúor ayuda a fortalecer los dientes y a combatir la placa.
- El hilo dental alcanza la placa dental que se encuentra en los sitios donde el cepillo de dientes no puede alcanzar.

5

Aquí llega Plácula! El pegajoso villano desencadena una Tormenta de Dulces, sosteniéndose en el aire en su nave a medida que llueven gomitas sobre la ciudad de los Dientes! Nuestros héroes están en peligro, a medida que la invasión azucarada crea una reacción de la placa que va en aumento. Los Defensores de los Dientes deben llegar a la fuente del problema ... y ¡aja! Ellos caen en cuenta que se trata del niño. El está comiendo dulces pegajosos sin parar!



## Explora

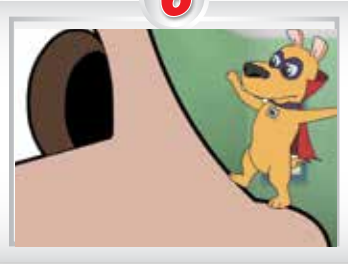
¿Qué dulces pegajosos llueven en la ciudad de los Dientes durante la Tormenta de Dulces? ¿Qué le pasa a la ciudad de los dientes durante la tormenta?

## Mensajes Claves para la Discusión

- Los dulces azucarados causan una reacción de la placa y ponen a los dientes en riesgo de caries dental.
- Cada vez que comes, el ácido de la placa puede atacar tus dientes. Es por esto que es importante disminuir el número de veces que comes alimentos entre comidas cada día.

6

Los Defensores están atrapados en la placa pegajosa así que es Súper Colmillos quien debe salir al rescate! El vuela fuera de la Ciudad de los Dientes y se encuentra frente a frente con el niño, y con mímica le explica la situación ayudando al niño a caer en cuenta que debe detener el ataque de placa, debe dejar de comer todo el tiempo!



## Explora:

¿Cómo ocurre un ataque de la placa? ¿Cómo puede detenerse? ¿Qué alimentos debemos evitar?

## Mensajes Claves para la Discusión

- Disminuye el número de veces que comes alimentos dulces y pegajosos.
- La Placa es bacteria que se mezcla con la comida para producir ácido. Puede atacar tus dientes cada vez que tú comes.

7

La Tormenta de dulces se ha detenido y los Defensores de los Dientes están nuevamente en acción, dando rienda suelta a sus súper poderes de Sonrisas Brillantes! Cepillo dental tiene un último enfrentamiento con Plácula, cepillándolo meticulosamente con crema dental con flúor para librarse de él. Por ahora se ha ido, pero regresará. Esta es la razón por la cual los hábitos de salud bucal son importantes todos los días.



## Explora:

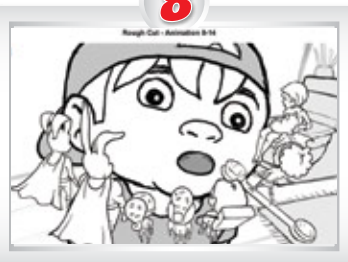
¿Qué tan frecuentemente se deben cepillar los dientes? ¿Qué partes de la boca se deben cepillar?

## Mensajes Claves para la Discusión

- La salud bucal es una parte importante de la salud en general!
- Para librarse de la placa, es importante cepillar todas las superficies de los dientes: adentro, afuera, al frente, detrás, arriba y abajo. Y no te olvides de la lengua!

8

En nuestra última escena, los Defensores de los Dientes, El Dr. Muelitas, la Dra Sonrisas y Perla se encuentran frente a frente con el niño, recordándole que él también puede ser un defensor de los dientes. Y tú también lo puedes ser!



## Explora:

¿Qué hace cada uno de los Defensores de los Dientes? ¿Cuáles son sus súper poderes? ¿Cómo puedes ser TÚ un Defensor de los Dientes?

## Mensajes Claves para la Discusión – Resumen

- Cepíllate tres veces al día con Crema Dental con Flúor
- Usa el hilo dental a diario
- Usa el enjuague con flúor
- Disminuye el número de veces que comes alimentos dulces y pegajosos.
- Visita al odontólogo regularmente
- La salud bucal es una parte importante de tu salud en general.





# MISIÓN #2

## Búsqueda del Tesoro en la Ciudad de los Dientes

Acabas de conocer al "Dr. Muelitas y los Defensores de los Dientes". Usa las pistas que encuentras abajo para encontrar los detalles faltantes en la Ciudad de los Dientes!

**1** El Súper poder de Rosa es \_\_\_\_\_, ella surfea sobre él para defender la Ciudad de los Dientes. ¿Cuántas veces al día debes usar este súper poder de Sonrisas Brillantes para defender tu boca? \_\_\_\_\_.



**2** Organiza las letras para encontrar el nombre de un importante Súper poder de salud bucal:

LNHALDITOE \_\_\_\_\_

Úsalo todos los días – remueve la placa que el cepillado no logró alcanzar. Si tienes menos de \_\_\_\_\_ años, debes pedir ayuda a tus padres!

**3** Describe los tipos de comida que Plácula utiliza para atacar los dientes:



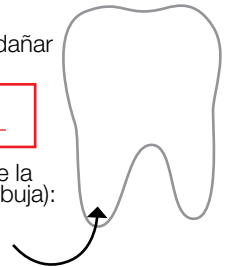
**4** Tacha con una X los alimentos que son algunas de las armas más peligrosas de Plácula:



**5** Organiza las letras para encontrar el nombre de lo que Plácula usa para dañar tus dientes:

CLAAP \_\_\_\_\_

Si hay mucha de ésta, los edificios de la ciudad de los dientes se verán así (dibuja):



**6** Ana y Juan disparan gotas de \_\_\_\_\_ Sin ésta, Rosa no puede hacer su trabajo con el cepillo de dientes.



**7** Completa las letras que hacen falta y haz un círculo sobre la mejor opción para terminar la frase:

EI E\_JU\_G\_E \_\_\_ON F\_ÚO\_

es utilizado por los Defensores de los Dientes para:

- a) Darle de comer algo delicioso a Plácula.
- b) Combatir a Plácula
- c) Pintar de azul la ciudad de los dientes



**8** ¿Cómo es que Súper Colmillos los salva?

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

**9** Ser un Defensor de los Dientes no sólo es bueno para tu boca ... es bueno para tu \_\_\_\_\_.

\_\_\_\_\_

**10** Si tú pudieras tener alguno de los Súper Poderes de Sonrisas Brillantes usados por los Defensores de los Dientes, ¿cuál escogerías? ¿Por qué?

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_



# CLASE 3

## Tú puedes ser un Defensor de los Dientes.

### Una Mirada a la Clase.

Después de conocer los personajes del Dr. Muelitas y los Defensores de los Dientes, los estudiantes pueden explorar un poco más los comportamientos de salud bucal. Descubrirán como ellos también pueden ser super héroes y combatir a Plácula con su súper kit de Sonrisas Brillantes e incluso harán una representación original de los Defensores de los Dientes.

**Listos para la acción!**

### Prepare la Clase

- Traiga muestras de los elementos de los Súper Poderes, si lo desea.
- ▶ Saque una copia del folleto **Kit de Herramientas de Sonrisas Brillantes** para cada estudiante.
- ▶ Usando el folleto, cree un kit de muestra para mostrarlo a los estudiantes.
- ▶ Escriba las siguientes preguntas en el tablero o en una hoja de papel grande:  
¿Cuál es el Súper poder de cada uno de los defensores de los dientes?  
¿Cómo se utiliza su poder?  
¿Por qué este poder es tan importante en conservar una sonrisa brillante?

**Tiempo Requerido:** 30 minutos x 2

### 1. Atraer: ¿Qué hace que uno sea un súper héroe?


- Comience una discusión con la clase al preguntar: ¿Qué hace que uno sea un súper héroe? ¿Cómo actúan los súper héroes?
- ¿Por qué los Defensores de los Dientes son súper héroes? (ellos llevan a cabo comportamientos saludables para ayudarse a si mismos y ayudar a los demás)

### 2. Explorar: Crea un Kit de elementos de súper héroe para tus dientes.

- Recuerda a los niños que tal como otros súper héroes, los Defensores de los Dientes tienen poderes especiales.
- Examina el folleto del **Kit de Herramientas de Sonrisas Brillantes** y el kit de muestra con los estudiantes. Muestre a los estudiantes cómo usar el folleto para organizar los poderes de salud bucal (elementos de salud bucal) y sus instrucciones en los kits.

### 3. Explicar: Actúa como un Defensor de los Dientes.

- Haz un quiz de los Defensores de los Dientes pidiendo a los estudiantes que nombren cada súper héroe e identifiquen su súper poder – Ana y Juan (crema dental con flúor), Rosa (cepillo de dientes), Miguel (Hilo Dental), Colmillos (enjuague con flúor) Dr. Muelitas y Dra. Sonrisas (visitas al odontólogo).
- Divida a los estudiantes en pequeños grupos basándose en su súper héroe favorito.
- Estimule a los equipos a que preparen una representación dramatizando las cualidades de su súper héroe, motivándolos con las siguientes preguntas:
  - ¿Cuál es el poder del súper héroe?
  - ¿Cómo se utiliza su poder?
  - ¿Por qué este súper poder es tan importante?
- Haga que sus estudiantes actúen la representación usando sus mejores habilidades de actuación de súper héroe y una voz clara!



**Aviso de Sonrisas Brillantes**

Cada estudiante puede utilizar los Súper Poderes de Sonrisas Brillantes para combatir la placa! Comparta y Discuta los Mensajes Claves de Sonrisas Brillantes Futuros Brillantes que están en la página 3.



**Kit de Herramientas de Sonrisas Brillantes en Casa.**

Haz que los estudiantes lleven a casa su Kit de Herramientas de Sonrisas Brillantes y lo compartan en familia. ¿Qué herramientas necesitan en casa para completar el kit en la vida real?

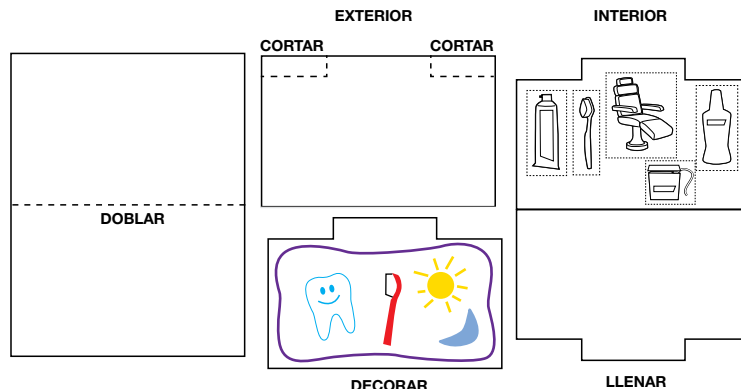


# MISIÓN #3

## Kit de Herramientas de Sonrisas Brillantes

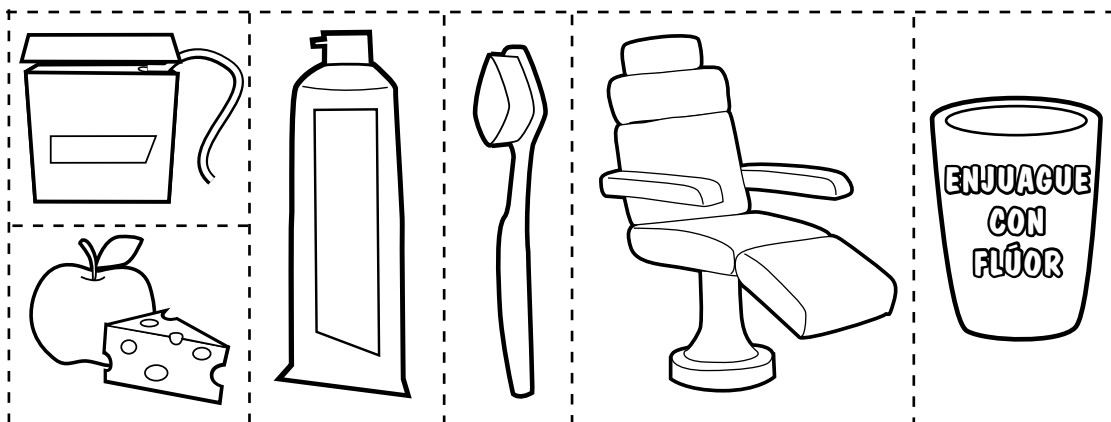
Elabora tu propio Kit de Herramientas de Sonrisas Brillantes, equipado con poderes de súper héroes.

1. Dobra un papel blanco por la mitad – este será tu Kit de Herramientas de Sonrisas Brillantes.
2. En el exterior, márcalo y decóralo.
3. Recorta de este folleto los Súper Poderes de los Defensores de los dientes.
4. Colorea los poderes y pégalos en tu Kit de Herramientas.
5. Recorta los recuadros de “Cómo usar los súper poderes”. Ponlos con su correspondiente herramienta para explicar como se usan tus súper poderes.
6. Lleva tu kit a casa para que lo compartas en familia.



### Súper poderes de Sonrisas Brillantes.

Recorta cada “poder” y pégalo en tu Kit de Herramientas de Sonrisas Brillantes.



### Cómo usar los Poderes

Recorta la instrucción de cada “poder” y pégalo en tu Kit de Herramientas de Sonrisas Brillantes.

<p><b>Crema Dental con Flúor.</b> Usa una pequeña cantidad cada vez que te cepilles.</p>	<p><b>Cepillo de Dientes.</b> Cepíllate al menos dos veces al día.</p>	<p><b>Hilo Dental.</b> Úsalo para remover la placa entre los dientes.</p>	<p><b>Visitas al odontólogo.</b> Visita al odontólogo regularmente.</p>	<p><b>Enjuague con flúor.</b> Usa el enjuague después de cepillarte.</p>
--	--	---	---	--

**Disminuye el número de alimentos entre comidas**  
Disminuye el número de veces que comes entre comidas, y escoge alimentos nutritivos. Son más amigables con los dientes y más saludables para tu salud en general.



# CLASE 4

## Conoce al enemigo: La Ciencia de Plácula

### Una Mirada a la Clase

Mediante una exploración científica práctica, los Defensores de los Dientes de su clase descubrirán cómo la placa causa la caries dental. Después de comprender cómo los alimentos pegajosos y azucarados son herramientas para Plácula, los estudiantes desarrollarán un menú de alimentos de súper héroe para ayudar a defender sus dientes.

**Listos para la Acción!**

#### 1. Atraer: Es invisible!

- Haga las siguientes preguntas:
  - ¿Qué significa ser invisible?
  - Si tú fueras un súper héroe, ¿te gustaría ser invisible? ¿Qué tal si fueras un villano?

#### 2. Explorar: Plácula, el Villano de la Ciudad de los Dientes

- Dígales a los estudiantes que aunque a veces no podemos verlo, Plácula puede dañar nuestros dientes! Todo el mundo tiene bacterias de la placa en su boca. Cuando se mezcla con la comida, crea ácido de la placa que ataca los dientes y puede causar caries. La placa se va formando con el tiempo, y puede hacer que los dientes se sientan sucios y que haya una película visible sobre ellos.
- Guíe a sus estudiantes súper héroes y científicos para llevar a cabo el experimento descrito en el folleto Plácula, el Villano de la Ciudad de los Dientes para que observen de primera mano cómo los alimentos azucarados pueden afectar nuestros dientes.
- Explique a sus estudiantes que cada paso del experimento hace parte del método científico. Antes de comenzar ellos deben anotar cuidadosamente sus observaciones de cada muestra. Usarán esta información para comparar las observaciones resultantes al concluir el experimento.
- Ayude a los estudiantes a colocar un diente en cada contenedor y con cuidado ponga los líquidos – refresco en uno, agua en el otro. Márquelos con la fecha y el líquido utilizado en la muestra. Estimule a los estudiantes para que registren sus observaciones cada día. Al concluir el experimento, haga que vuelvan a medir cada muestra.

**Nota:** Los resultados del experimento pueden variar por unos pocos días. La muestra en agua no cambia. Con el tiempo, la muestra que se sumerge en refresco empieza a decolorarse (se torna de color café oscuro), se debilita y descompone.



### Prepare la Clase

- Papel, crayolas y lápices de colorear.
- 2 “dientes” pequeños de tamaño similar (si no es posible usar un diente real, puede reemplazarlo por un hueso de pollo, una concha de mar o una cáscara de huevo. Asegúrese que las muestras sean uniformes en su tamaño: de un diámetro mínimo de 1 cm o media pulgada).
- 2 contenedores transparentes (preferiblemente de vidrio)
- 1/2 taza de bebida carbonatada azucarada (refresco), 1/2 taza de agua.
- Reglas para las observaciones de los estudiantes.
- Saque una copia del folleto **Plácula, el Villano de la Ciudad de los Dientes** para cada estudiante.

**Tiempo Requerido: 30 minutos x 2** (Nota: primero se debe montar todo lo requerido para el experimento de ciencias, y luego debe dejarse a un lado y observarse por una semana. Luego deben reunirse nuevamente para hacer las observaciones finales).



#### Aviso de Sonrisas Brillantes

Todas las personas tienen bacterias de la placa en su boca. Cuando se mezcla con la comida (u otra bebida diferente al agua) la placa crea ácido que puede atacar los dientes y producir caries.



#### Alimentos Saludables en Casa

Promueva que los estudiantes compartan sus recomendaciones sobre alimentos saludables con sus familias. Ellos también pueden crear un diario de alimentos consumidos por la familia, para ver qué tan frecuente puede ser que se estén experimentando ataques de la placa durante el día.



- Pida a los estudiantes que discutan lo que observaron de las muestras, y que describan como han cambiado. Basándose en sus observaciones, ¿cuáles son sus conclusiones? ¿Qué les pasó a los dientes? ¿Qué poderes pueden usarse para defender los dientes de Plácula? Recuerde a los estudiantes del Súper Poder de la Crema dental con flúor: puede defender los dientes contra la placa!

- Introduzca el concepto de “frecuencia” en el consumo de alimentos: Cada vez que comes, hay una “reacción de la placa” que crea ácido. Dura 20 minutos y puede llevar a la aparición de la caries. Entre más veces comas durante el día, es más frecuente que haya ácido dañino de la placa en acción!

### 3. Explicar: Combate a Plácula con Decisiones Inteligentes sobre los alimentos que vas a consumir.

- Repasa los tipos de alimentos que le dan a Plácula el mayor poder para dañar la Ciudad de los Dientes: Dulces, alimentos pegajosos. Adicionalmente estos alimentos tienen poco o ningún beneficio nutricional. Es por esto que es mejor elegir alimentos que sean deliciosos y nutritivos, como los vegetales, las frutas y los productos lácteos bajos en grasa!
- Pida a los estudiantes que trabajen en grupos pequeños y hagan listas de sus alimentos saludables favoritos que no produzcan un estímulo adicional para Plácula. *Ejemplos: vegetales, frutas y productos lácteos bajos en grasa.* Exponga las listas en el boletín de Sonrisas Brillantes para conformar un menú de alimentos adecuado para súper héroes.

#### Frecuencia de consumo de alimentos



##### Consumo de alimentos de una sola vez:

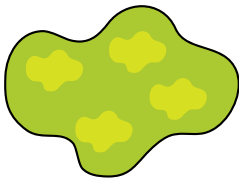
5 dulces consumidos de una sola vez = 1 ataque de placa/20 minutos de reacción de la placa.



##### Alimentos consumidos en diferentes momentos:

5 dulces consumidos en 5 diferentes momentos = 5 reacciones de la placa/100 minutos de reacción de la placa

### Así es como el Villano Plácula causa la caries dental en nuestra boca:



#### PLACA

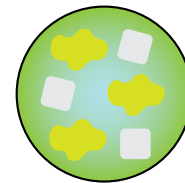
Bacterias en la boca. Todas las personas las tienen!



#### ALIMENTOS

Cada vez que comemos o bebemos algo (excepto agua), esto se mezcla con la placa para crear ácido de la placa (un “ataque de placa”).

Los alimentos dulces y pegajosos son los más dañinos – especialmente los dulces duros que se disuelven lentamente y se quedan por más tiempo en la boca, causando un prolongado “ataque de la placa”



#### ÁCIDOS

El “ataque de la placa” dura 20 minutos. Crea ácidos que pueden llevar a la caries dental. Ácido + Esmalte dental = Posible caries dental.



# MISIÓN #4

## Plácula, el Villano de los Dientes

Descubre lo que pasa cuando no defendemos los dientes de Plácula!



**Esto es lo que vas a necesitar:**

- 2 pequeños "dientes"
- 2 contenedores transparentes
- ½ taza de agua
- ½ taza de refresco

### 1. Poderes de observación

Observa los "dientes" cuidadosamente (si estás usando huesos u otro elemento en lugar de dientes de verdad, descríbelo aquí):

- ¿De qué color son?
- ¿De qué tamaño son? (mídelos con una regla)
- ¿Cómo se sienten al tacto?
- Dibuja uno de ellos.

### 2. Poderes de predicción

¿Qué crees que va a pasar con cada "diente" cuando esté durante una semana en cada líquido? ¿Por qué?

- El diente que se deja en agua ....

Explica tu respuesta

- El diente que se deja en el refresco....

Explica tu respuesta

### 3. Poderes de experimentación

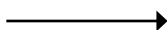
- Pon un diente en cada contenedor.
- Pon el agua en un contenedor y el refresco en el otro.
- Se paciente! Revisa cada día para observar cambios. Anota tus observaciones a diario.
- Deja el "diente" en los líquidos por una semana (Nota: los resultados pueden variar. Algunos experimentos pueden necesitar más días)

### UNA SEMANA DESPUÉS...

#### 4. Poderes de Descubrimiento

¿Qué ha hecho la Tormenta de Dulces de Plácula en nuestros "dientes"?

Retira cada diente de su líquido y registra las observaciones aquí



#### 5. Poderes de Prevención

¿Qué les pasó a los dientes?

¿Qué poderes podemos usar para defender nuestros dientes de Plácula?

**AGUA**

El color es:

Al tacto, el diente se siente:

El tamaño del diente es:

Aquí hay un dibujo del diente:

**REFRESCO**

El color es:

Al tacto el diente se siente:

El tamaño del diente es:

Aquí hay un dibujo del diente:



**SONRISAS BRILLANTES,  
FUTUROS BRILLANTES™**



# CLASE 5

## Practica tus poderes: Cepíllate como un Defensor de los Dientes

### Una mirada a la clase

Los estudiantes aprenden la mejor forma de deshacerse de la placa al practicar las técnicas adecuadas de cepillado. Ellos se embarcan en una misión para hacer que las estrategias de los Defensores de los Dientes se conviertan en un hábito para toda la vida.

### Prepare la clase

- Reloj o cronómetro.
- ▶ Exponga el **poster Defensores de los Dientes (lado #1)**
- ▶ Haga una copia para cada estudiante del folleto **Entrenamiento para tener una Sonrisa de Súper Héroe.**

**Tiempo Requerido: 30 minutos**

**Listos para la Acción!**

### 1. Atraer: Contando nuestros dientes blancos

- Pídale a sus estudiantes que adivinen cuantos dientes tienen. Deles sólo 15 segundos para responder la pregunta!
- Haga que cada estudiante cuente sus dientes y registre los números en el tablero (**Nota: los resultados pueden variar. Los niños menores de 6 años tienen 20 dientes de leche; los adultos pueden tener hasta un total de 32 dientes**)
- Pida a los estudiantes que piensen en el diseño y localización de los diferentes dientes, y cuales son los papeles que ellos juegan.

### 2. Explorar: Aprende a cepillarte (y moverte) como Rosa.

- Siguiendo los movimientos descritos en el poster, conduzca a los niños hacia una práctica de mímica del cepillado correcto. Haga una lista de las palabras que describen los movimientos y pasos del cepillado en el tablero: arriba, abajo, adentro, afuera, al frente, atrás, y la lengua!
- Divida a los estudiantes en grupos pequeños. Rételos a que desarrollen un paso de baile para cada acción del cepillado, y luego una rutina de baile usando los pasos. La rutina debe ser de dos minutos de duración, para reflejar el tiempo adecuado para el cepillado.
- Pida a los grupos que muestren sus rutinas frente a la clase. Si el tiempo lo permite, permita que los estudiantes bailen sus rutinas ante niños más pequeños para que les enseñen.

### 3. Evaluar: Entrenamiento de los Defensores de los Dientes.

Después de aprender cómo cepillarse como un Defensor de los Dientes, los estudiantes están listos para su más importante misión!

- Distribuya el folleto **Entrenamiento para tener una Sonrisa de Súper Héroe**, una tabla de cepillado de 28 días (**Tip para el profesor: se requieren 28 días para establecer un hábito!**).




**Aviso de Sonrisas Brillantes**

El cepillado con crema dental con flúor al menos dos veces al día es la primera línea de defensa contra la placa. Todas las personas lo pueden hacer!



**Entrenamiento de Súper héroes durante 28 días en casa**

Fomente que sus estudiantes lleven a casa las tablas de cepillado para registrar su cuidado bucal durante 28 días. Esto ayudará a los estudiantes y a sus familias a recordar las estrategias de los Defensores de los Dientes.





# MISIÓN #5

## Entrenamiento para tener una Sonrisa de Súper Héroe

Sigue el progreso de tu cuidado bucal en casa por 28 días, y estarás en el camino para convertirte en un Defensor de los Dientes!

Marca una X en el recuadro cada vez que te cepilles

DÍA 1	DÍA 2	DÍA 3	DÍA 4	DÍA 5	DÍA 6	DÍA 7



Yo usé el hilo dental \_\_\_\_\_ días para deshacerme de la placa.

DÍA 8	DÍA 9	DÍA 10	DÍA 11	DÍA 12	DÍA 13	DÍA 14



Yo comí alimentos más saludables, y menos alimentos dulces y pegajosos, para ayudar a prevenir los ataques de la placa!

DÍA 15	DÍA 16	DÍA 17	DÍA 18	DÍA 19	DÍA 20	DÍA 21



Tengo una cita donde el odontólogo en \_\_\_\_\_ (fecha).

DÍA 22	DÍA 23	DÍA 24	DÍA 25	DÍA 26	DÍA 27	DÍA 28

### Mensajes Clave para "Practicar tus Súper Poderes".

1. La placa es bacteria. Cuando se mezcla con la comida, crea un ácido que puede atacar los dientes. Cepillarse y usar el hilo dental remueven la placa!
2. Cepillarse con crema dental con flúor ayuda a fortalecer los dientes y a combatir la placa.
3. Cepilla todas las superficies: arriba, abajo, adentro, afuera, la lengua y en la parte de atrás.
4. El hilo dental remueve la placa que el cepillado no pudo quitar.
5. Nunca compartas tu cepillo de dientes. Reemplázalo cada 3 meses o cuando se desgaste.



**SONRISAS BRILLANTES, FUTUROS BRILLANTES™**





# CLASE 6

## Conoce a un Defensor de los Dientes: El Dr. Muelitas

### Una Mirada a la Clase

Los estudiantes leen el cuento: **Los Defensores de los Dientes: cómo empezó todo**, para aprender sobre el importante papel de los odontólogos en la protección de nuestros dientes. Ellos descubren también como un defensor de los dientes puede liberar los súper poderes de Sonrisas Brillantes y aprenden sobre los orígenes de Plácula. Luego los estudiantes se introducen en el cuento y tienen la oportunidad de conversar con un Defensor de los Dientes en la vida real.

### Prepare la Clase

- Cuento: **Los Defensores de los Dientes: cómo empezó todo**.
- Papel, crayolas y lápices de colorear.
- ▶ Programe una visita de la clase a un consultorio odontológico, u organice que un odontólogo visite el salón.

**Tiempo Requerido:** 30 minutos x 2

**Listos para la Acción!**

#### 4. Atraer: Aprendiendo a ser un súper héroe

- Comience por discutir sobre los súper héroes en general. Invite a cada estudiante a que piense en su propia cualidad de súper héroe, algo que el o ella haga para ayudar a los demás. ¿Cuáles son las fortalezas o cualidades que ellos sienten que tienen?
- Formule las siguientes preguntas:
  - ¿Cuál es tu mejor cualidad? ¿Cuáles son tus fortalezas?
  - ¿Cómo adquiriste tu cualidad de súper héroe? ¿Cómo la mantienes?
  - ¿Alguien te enseñó? ¿La aprendiste por ti mismo? ¿Fue difícil?

#### 5. Explorar: Los Defensores de los Dientes, cómo empezó todo

- Revise el tópico “súper héroes de la salud bucal” (Defensores de los Dientes). Comparta este “secreto” con sus estudiantes: Los Defensores de los Dientes no nacieron con sus poderes. Los adquirieron con esfuerzo y con la ayuda de mentores!
- Lea en voz alta el cuento **Los Defensores de los Dientes, cómo empezó todo**, para ver como Ana, Juan, Rosa y Miguel se convirtieron en defensores. Pregunte: ¿Qué observaron los estudiantes en la escena del consultorio odontológico? ¿Qué poderes se pueden observar en el libro? ¿Qué podría haber hecho diferente el joven Plaquita para terminar su entrenamiento como Defensor de los Dientes?
- Pida a los estudiantes que practiquen el **compromiso de los Defensores de los Dientes** que se encuentra en el libro.



#### Aviso de Sonrisas Brillantes

Los odontólogos y las higienistas dentales son tus compañeros en la salud bucal. Ellos te ayudan a conservar tu brillante sonrisa y te muestran como mantener tus dientes y tus encías saludables.



#### Súper Héroes Orales Locales

Con la ayuda de los padres, haga una lista de los nombres de los odontólogos locales para compartir con el resto de la comunidad escolar. Desafíe a los estudiantes para que se conviertan en el súper héroe defensor de los dientes de su familia, y compartan en casa lo que han aprendido.

## 6. Explicar: Hacer una Crónica de un Defensor de los Dientes.

- Dígale a los estudiantes que Perla Blanca, la reportera de noticias de la Ciudad de los Dientes, una celebridad local, está buscando otro presentador para las noticias de la noche, y que ellos van a hacer una audición para el papel. Ella quiere hacer un reportaje sobre la vida de un Defensor de los Dientes.
- Haga que los estudiantes trabajen en parejas para escoger a un Defensor de los Dientes y redactar un breve reportaje que cuente la historia de vida del Defensor. Explique que ellos después llevarán a cabo la audición para entregar el reportaje como presentador, a los residentes de la Ciudad de los Dientes (el resto de la clase). Como los reporteros de noticias reales, recuerde a los estudiantes que:
  - Incluyan información clave (quién, qué, dónde, cuándo, por qué y cómo).
  - Usen el vocabulario importante de la salud bucal (crema dental con flúor, cepillo de dientes, placa, hilo dental, enjuague con flúor).
  - Hablen claramente.
- Pídale a los estudiantes que primero escriban un borrador, luego lo practiquen y por último entreguen el reportaje oral al resto de la clase. Recuérdeles que compartan sus brillantes sonrisas!

## 7. Elaborar: Conociendo al Verdadero Dr. Muelitas

- Invite a un odontólogo local para que visite el salón (Opcionalmente, organice una visita de su clase a un consultorio odontológico).
- Prepare a los estudiantes mediante la elaboración de una tabla S-Q-A. ¿Qué saben? (“S”)
- Haga una lluvia de ideas con los estudiantes sobre las cosas que quieren descubrir sobre los odontólogos (“Q”). Pida a los estudiantes que formulen preguntas tipo entrevista que puedan hacer al odontólogo.
- Permita que los estudiantes hagan sus propias preguntas de entrevista durante la visita.
- Después de la visita o presentación, pida a los estudiantes que reflexionen sobre lo que han aprendido y llenen la “A” de su tabla S-Q-A.

# S

Lo que ya  
**SABEMOS**  
sobre los  
odontólogos

(Conocimiento)

# Q

Lo que  
**QUEREMOS**  
**SABER** sobre los  
odontólogos

(Pregunta)

# A

Después de la  
visita, lo que  
**APRENDIMOS**  
sobre los  
odontólogos.

(Respuesta)

## Himno de los Defensores de los Dientes

*Corrí hacia el espejo, antes de las 3  
Tenía que poder ver, donde esta mi sonrisa.*

*Abrí mis labios.... Y que fue lo que vi,  
Dos filas de perlas hermosas  
Que afortunada soy...*

*Mis dientes - Los amo, lo digo con certeza.  
Dientes - Es lo mas blanco que hay en mi cabeza.  
Mis dientes - Si quiero mantener así todos los meses.  
Todos los días me cepillo 3 veces*

*Mis dientes - Tienes que admitir que se ven genial!!.  
Dientes - Porque siempre uso la seda dental.  
Mis dientes - Usarla cada día yo debo aprender,  
Si relucientes y brillantes los quiero tener.*

*Con una buena salud bucal,  
Nunca serás tímido para sonreír.  
Si sonries todos te van a admirar,  
Porque al odontólogo....Te gusta ir.*

*Mis dientes - Lo mas brillante que hayas visto jamás.  
Dientes - Porque limpios y sanos siempre están.  
Mis dientes - Comidas pegajosas vas a evitar,  
Si lejos de la placa tu quieres estar.*

*Vamos chicos a darle oportunidad.  
A una buena salud bucal  
Dientes y encías sanos, ese es el secreto.  
Y mantendrás saludable de los dientes a los pies,  
wow!*

*Mis dientes - Lo mas brillante que hayas visto jamás.  
Dientes - Porque limpios y sanos siempre están.  
Mis dientes - cepillarme a diario debo aprender,  
Si relucientes y brillantes los quiero tener.*

*Mis dientes -Lo mas brillante que hayas visto jamás.  
Dientes - Porque limpios y sanos siempre están.  
Mis dientes - cepillarme a diario debo aprender,  
Si relucientes y brillantes quiero tener mis dientes.*



# CLASE 7

## Sonrisas Brillantes, Futuros Brillantes: Hoy y Siempre!

### Una Mirada a la Clase

Los estudiantes producen y reciben un certificado original que resalta las estrategias de los Defensores de los Dientes. Extienden su aprendizaje mediante la planeación de formas creativas para compartir sus prácticas de salud bucal con sus amigos y familia.

### Prepare la Clase

- Papel, crayolas, lápices de colorear, pintura y otros materiales de arte para decorar.
- ▶ Exponga el **Poster de los Defensores de los dientes** (lado #2)
- ▶ Saque una copia para cada estudiante del folleto **Certificado de Defensor de los Dientes de Sonrisas Brillantes**.

**Tiempo Requerido: 30 minutos**

**Listos para la Acción!**

#### 1. Atraer: Momentos Sonrisas Brillantes

- Invite a los estudiantes a que compartan su momento “Sonrisas Brillantes” favorito, de su entrenamiento como Defensor de los Dientes.

#### 2. Explorar: Certificado de Defensor de los Dientes

Como los Súper Héroes Defensores de los Dientes, sus estudiantes recibirán un certificado / compromiso para completar su entrenamiento.

- Distribuya el folleto **Certificado de Defensor de los Dientes de Sonrisas Brillantes**. Cada estudiante decorará uno, pero debe dejar en blanco el espacio para el nombre.
- Pida a los estudiantes que lo ilustren y decoren con las estrategias y conocimientos que han aprendido en clase.
  - Exponga el **Poster de Sonrisas Brillantes, Desafío del Defensor de los Dientes: Descubre tus súper poderes de sonrisas brillantes** (lado #2) como referencia.
  - Pida a los estudiantes que sigan los caminos enredados que conectan a los Defensores con sus súper poderes. ¿Cómo van a hacer los estudiantes para mantener y mejorar sus súper poderes?
- Recuerde a los estudiantes que dejen en blanco el espacio para el nombre. Cuando los certificados estén terminados, llene los espacios de los nombres para que cada estudiante reciba un certificado hecho por un compañero de clase.

#### 3. Explicar: Actúe como un Defensor de los Dientes

- Divida la clase en equipos, y rételos para que hagan una lluvia de ideas sobre formas creativas mediante las cuales pueden compartir los mensajes de salud bucal que han aprendido. Algunos ejemplos pueden ser: show de títeres, murales, una representación, posters, libros originales, etc.
- Que los equipos se preparen para compartir sus proyectos en la Graduación de los Defensores de los Dientes!

#### 4. Elaborar: Graduación de los Defensores de los Dientes.

Invite a los miembros de familia, amigos y otros estudiantes para que celebren la salud bucal.

- Motive a los estudiantes para que expongan su trabajo en el tablero de anuncios de **Sonrisas Brillantes**
- Permita que sus equipos compartan los proyectos que han desarrollado.
- Entregue los certificados en una ceremonia de Graduación de Sonrisas Brillantes, y logre que los estudiantes reciten juntos el Compromiso del Defensor de los Dientes.



#### Aviso de Sonrisas Brillantes

Tu sonrisa brillante puede durar toda la vida si la cuidas.

Usa tus propios súper poderes de Sonrisas Brillantes para ser un Defensor de los Dientes toda tu vida.

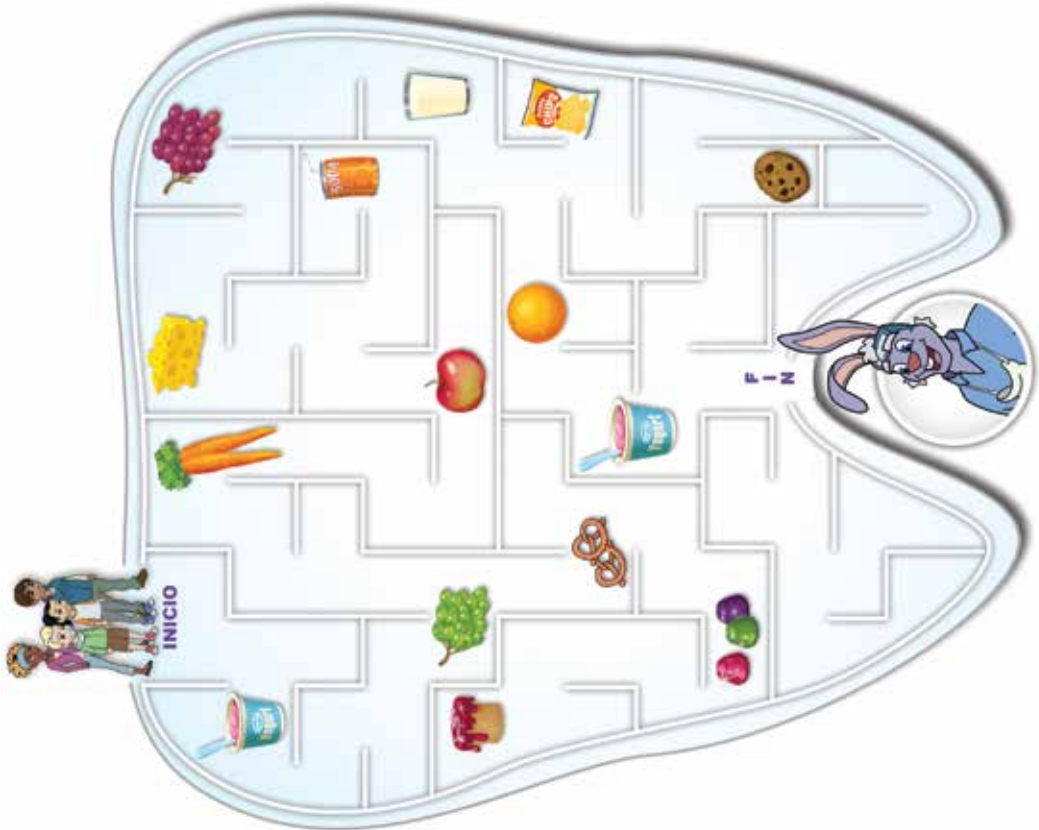


#### Defensores de los Dientes en Casa

Invite a las familias para que vengan a celebrar la Graduación de los Defensores de los Dientes. Pídale su apoyo en continuar la búsqueda de la Salud Bucal en casa mediante la distribución de folletos (ver página 21 donde encontrará varias ideas!)

# Laberinto de los Defensores de los Dientes

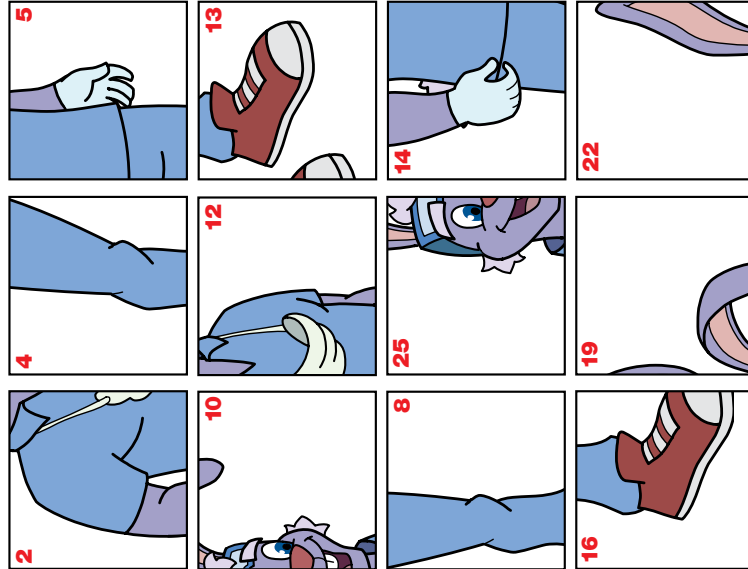
Ayuda a Rosa, Juan, Ana y Miguel para que encuentren el camino hacia el Dr. Muelitas! Usa puntos de colores para marcar el camino. Te encontrarás con alimentos saludables para llegar allí.... Pero cuidado con las azucaradas calles cerradas.



# Rompecabezas matemático del Dr. Muelitas.

1. Descifra el código! Resuelve los problemas matemáticos para llegar a la clave que te ayudará a resolver el rompecabezas del Dr. Muelitas.
2. Recorta los cuadrados del Dr. Muelitas y usa las respuestas código en secuencia para poderlo armar.

$\begin{array}{r} 11 \\ + 11 \\ \hline \end{array}$	$\begin{array}{r} 15 \\ + 4 \\ \hline \end{array}$
$\begin{array}{r} 15 \\ + 10 \\ \hline \end{array}$	$\begin{array}{r} 18 \\ - 8 \\ \hline \end{array}$
$\begin{array}{r} 17 \\ - 15 \\ \hline \end{array}$	$\begin{array}{r} 24 \\ - 12 \\ \hline \end{array}$
$\begin{array}{r} 6 \\ + 8 \\ \hline \end{array}$	$\begin{array}{r} 12 \\ - 7 \\ \hline \end{array}$
$\begin{array}{r} 13 \\ - 9 \\ \hline \end{array}$	$\begin{array}{r} 19 \\ - 11 \\ \hline \end{array}$
$\begin{array}{r} 8 \\ + 8 \\ \hline \end{array}$	$\begin{array}{r} 9 \\ + 4 \\ \hline \end{array}$



# Fomentando la Participación Familiar

Una buena salud bucal es una parte integral de la salud general del niño.

Recuerde a los padres y cuidadores que al ser modelos de un adecuado cepillado y al estimular a los niños para que se cuiden los dientes en casa, están ayudándolos a desarrollar hábitos saludables que pueden practicar siempre!.

**Colgate®**

**SONRISAS BRILLANTES,  
FUTUROS BRILLANTES™**



*Sonrisas Brillantes, Futuros Brillantes*, es más exitoso cuando los educadores, profesionales de la salud bucal y familias trabajan juntos para promover hábitos de salud bucal duraderos que comiencen en edades tempranas.

Los padres juegan un papel clave en la salud bucal de sus hijos. Cuando usted guía a sus estudiantes por el camino para convertirse en un defensor de los dientes, usted está en una posición ideal para fomentar la participación en casa tanto de sus estudiantes como de sus familias.

El programa integrado *Sonrisas Brillantes, Futuros Brillantes* de Colgate le brinda a usted la información, los materiales y las ideas para fomentar la participación familiar y extender las lecciones que usted está cubriendo en la clase.

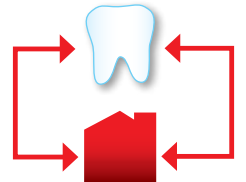
- Use los tips de **Conexión con el Hogar** que están en esta guía. Ellos brindan ideas sencillas para enviar mensajes de salud bucal a casa y promover el compromiso de la familia.
- El **Folleto para las Familias** le da a los padres las bases que necesitan para integrar fácilmente las estrategias de salud bucal a sus rutinas familiares diarias. Distribuya el folleto al inicio del programa, en un evento de la clase o al concluir la unidad.
- La **tabla de seguimiento de la salud bucal en 28 días** (que se encuentra en el folleto Entrenamiento para tener una Sonrisa de Súper Héroe) es un excelente recordatorio para fortalecer el mensaje que defender los dientes es algo que debe hacerse todos los días. Tenga copias adicionales disponibles para aquellas familias que quieren continuar el seguimiento más allá de las cuatro semanas.

Recuerde a los padres que si un niño tiene una visita al odontólogo programada durante el período de seguimiento, el niño puede llevarlo a la cita odontológica para compartirlo – el odontólogo incluso puede firmar o poner su autógrafo en la tabla!

- El **Certificado/Compromiso de los Defensores de los Dientes** comienza como una actividad en la clase y concluye como un recordatorio significativo que los niños estarán orgullosos de llevar a casa para compartir. Estimule a los padres para que lo peguen en casa como un recordatorio de la importancia de los buenos hábitos de salud bucal para todos en casa.
- Estimule a los padres para que se unan a *Sonrisas Brillantes, Futuros Brillantes* en Facebook!



[www.facebook.com/colgate](http://www.facebook.com/colgate)



Recuerde: usted está asegurando que las sonrisas de los niños pueden durar toda la vida!.

# Una Mirada al Entrenamiento como Defensor de los Dientes

PÁGINAS	COMPONENTES PARA LA CLASE	OBJETIVOS DE APRENDIZAJE DE LOS DEFENSORES DE LOS DIENTES	ESTÁNDAR DE EDUCACIÓN GLOBAL
4-5	<p><b>1: El Entrenamiento de un Defensor de los Dientes comienza con una Sonrisa!</b></p> <p><b>FE (Folleto para el estudiante):</b> <i>Compartiendo Sonrisas Brillantes</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Compartir los conocimientos existentes sobre la salud bucal.</li> <li>• Explorar las conexiones entre la salud bucal y el bienestar</li> </ul>	<p><b>Lenguaje</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Escoger palabras adecuadas para expresar y describir ideas al hablar y escribir.</li> <li>• Preguntar y responder preguntas para explorar un tópico y obtener más información sobre él.</li> </ul> <p><b>Artes Visuales</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Usar diversos materiales , en combinación con la escritura, para expresar ideas visual y creativamente.</li> </ul>
6-9	<p><b>2: El Dr. Muelitas y los Defensores de los Dientes.</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Video: El Dr. Muelitas y los Defensores de los Dientes</b></li> <li>• <b>Guía Escena por Escena del Video (ver página 7)</b></li> </ul> <p><b>FE: Búsqueda del Tesoro en la Ciudad de los Dientes.</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Definir y utilizar el nuevo vocabulario de la salud bucal (y las palabras claves): crema dental, cepillo de dientes, hilo dental, enjuague con flúor, placa.</li> <li>• Identificar y describir las estrategias de salud bucal.</li> </ul>	<p><b>Lenguaje</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Adquirir, definir y usar correctamente un vocabulario nuevo y variado al hablar y escribir.</li> <li>• Determinar las ideas principales y describir los detalles de soporte de la información presentada en los diferentes medios, de manera visual y oral.</li> <li>• Preguntar y responder las preguntas para explorar un tópico, recolectar información para demostrar la comprensión de una idea, evento o concepto.</li> <li>• Reportar un cuento con hechos apropiados y detalles descriptivos relevantes.</li> </ul>
10-11	<p><b>3: Tu puedes ser un Defensor de los Dientes</b></p> <p><b>FE: Kit de Herramientas de Sonrisas Brillantes</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Explicar la conexión entre comportamientos saludables y ser un súper héroe.</li> <li>• Demostrar comprensión en el uso de las herramientas de salud bucal.</li> <li>• Identificar creativamente y resumir las prácticas de salud bucal.</li> </ul>	<p><b>Lenguaje</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Describir los personajes de un cuento y explicar como sus acciones contribuyen a la secuencia de eventos.</li> <li>• Contar y expresar dramáticamente un cuento con detalles descriptivos, hablando claramente con un ritmo comprensible, usando diálogos para expresar pensamientos, sentimientos y respuestas de los personajes.</li> <li>• Participar en conversaciones colaborativas con diversos compañeros.</li> </ul> <p><b>Artes Visuales</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Usar materiales diversos en combinación con la escritura para expresar ideas visual y creativamente.</li> </ul>
12-14	<p><b>4: Conoce al enemigo: la Ciencia de Plácula.</b></p> <p><b>FE: Plácula, el villano de la Ciudad de los Dientes</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Comprender y explicar qué causa la caries dental.</li> <li>• Usar el descubrimiento científico para formular conclusiones basadas en la observación y el análisis.</li> <li>• Hacer elecciones dietéticas que mantengan saludables los dientes.</li> </ul>	<p><b>Lenguaje</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Describir los personajes de un cuento y explicar como sus acciones contribuyen a la secuencia de eventos.</li> <li>• Contar y expresar dramáticamente un cuento usando detalles descriptivos, hablando claramente y a un ritmo comprensible, usando diálogos para expresar pensamientos, sentimientos y respuestas de los personajes.</li> </ul> <p><b>Ciencias:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Demostrar habilidad y comprensión en cuanto a cómo y por qué llevar a cabo la investigación científica: llevar a cabo investigaciones en colaboración con otros estudiantes.</li> <li>• Comprender y describir el cambio en las propiedades de la materia.</li> </ul> <p><b>Matemáticas::</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Generar y representar datos al medir longitudes de un objeto usando las herramientas adecuadas: comparar e interpretar dos series de datos</li> </ul>

PÁGINAS	COMPONENTES PARA LA CLASE	OBJETIVOS DE APRENDIZAJE DE LOS DEFENSORES DE LOS DIENTES	ESTÁNDAR DE EDUCACIÓN GLOBAL
15-16	<p><b>5: Practica tus poderes: Cepíllate como un Defensor de los Dientes.</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Poster: Defensores de los Dientes.</b></li> </ul> <p><b>FE: Entrenamiento para tener una sonrisa de súper héroe.</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Practicar el cepillado adecuado y el uso del hilo dental para deshacerse de la placa y mantener los dientes saludables.</li> <li>• Practicar los cuidados de salud bucal y hacer un seguimiento del cepillado por 28 días.</li> <li>• Compartir estrategias de salud bucal con las familias.</li> </ul>	<p><b>Lenguaje</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Participar efectivamente en discusiones colaborativas con diferentes compañeros, construyendo sobre las ideas de los demás y expresando sus propias ideas claramente.</li> <li>• Escribir rutinariamente por períodos de tiempo extendidos, para cumplir tareas y objetivos de disciplinas específicas.</li> </ul> <p><b>Matemáticas:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Usar la comprensión de las tablas de valores y las propiedades de las operaciones para sumar y restar.</li> <li>• Generar medidas – leer y escribir el tiempo redondeando a los 5 minutos más cercanos usando a.m. y p.m.</li> <li>• Llevar a cabo cálculos matemáticos de adición y sustracción.</li> </ul> <p><b>Educación Física:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Aplicar conceptos de movimiento al aprendizaje y el desarrollo.</li> </ul>
17-18	<p><b>6: Conoce a un Defensor de los Dientes: el Dr. Muelitas.</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Libro de cuentos: Los Defensores de los Dientes: cómo empezó todo.</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Explicar como los profesionales de la salud bucal nos ayudan a cuidar nuestros dientes.</li> <li>• Sintetizar las prácticas de salud bucal al crear una historia original.</li> <li>• Practicar el cuidado dental diario con toda la familia al completar una tabla de seguimiento de la salud bucal.</li> </ul>	<p><b>Lenguaje</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Determinar, describir y explicar las ideas y conceptos principales presentados oralmente o a través de los diferentes medios.</li> <li>• Reportar sobre una historia con los hechos apropiados y los detalles descriptivos relevantes.</li> <li>• Escribir un texto narrativo para expresar experiencias o eventos reales o imaginarios usando el vocabulario adecuado, los detalles descriptivos y una secuencia clara de eventos.</li> <li>• Hablar de forma comprensible y expresar claramente pensamientos, sentimientos e ideas.</li> </ul> <p><b>Artes Visuales:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Usar diferentes materiales para expresar ideas visual y creativamente.</li> </ul>
19-24	<p><b>7: Sonrisas Brillantes, Futuros Brillantes: Hoy y Siempre!</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Poster: Defensores de los Dientes.</b></li> </ul> <p><b>FE: Certificado de Defensor de los Dientes</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Resumir estrategias claves de salud oral del programa Sonrisas Brillantes, Futuros Brillantes.</li> <li>• Comunicar el conocimiento y los aprendizajes de varias formas.</li> <li>• Desarrollar un proyecto para enseñar a otros sobre las prácticas de salud oral.</li> </ul>	<p><b>Lenguaje</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Describir los personajes de un cuento y explicar como Participar efectivamente en discusiones colaborativas con diferentes compañeros, respondiendo preguntas y expresando ideas, sentimientos y pensamientos de forma clara.</li> <li>• Presentar y comunicar información, hallazgos y evidencia siguiendo una línea de razonamiento, y usando organización, desarrollo y estilo que sean apropiados para el objetivo, el propósito y la audiencia.</li> <li>• Hablar de forma comprensible para expresar claramente pensamientos, sentimientos e ideas.</li> </ul> <p><b>Artes Visuales</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Usar diferentes materiales, en combinación con la escritura, para expresar ideas visual y creativamente.</li> </ul>



## SÓLO POR DIVERSIÓN

### Rompecabezas Extra!

- Rompecabezas Matemático del Dr. Muelitas
- Laberinto de los Defensores de los Dientes

**Página 20**



# Certificado De Defensor De Los Dientes

Certifico que:

\_\_\_\_\_ (Nombre del Defensor de los Dientes)  
se ha unido a las tropas de los Súper Héroes Defensores de los Dientes.

## Compromiso del Defensor de los Dientes

Le daré una oportunidad a la buena salud bucal,  
Y sorprenderé al mundo con mi brillante sonrisa.

Aquí está el secreto que ahora conozco:  
*¡Los dientes sanos me ayudan a estar bien...  
de la cabeza a los pies!*

Fecha

Entrenador de Súper Héroe /Profesor

© 2012 Colgate-Palmolive Company. All Rights Reserved. A Global Oral Health Initiative.

**Instrucciones:** Decora el certificado usando las palabras y los dibujos de las herramientas y estrategias de los Defensores de los Dientes que has aprendido en clase, y luego decora el certificado. Deja el espacio del nombre en blanco para que tu profesor lo pueda completar.

