



**Febrero es el mes de la salud dental, así que aquí están algunas actividades que hemos escogido sólo para ti, ¡para que las mastiques!**

**Cómo cepillarse:** Corta una caja de huevos blancos en juegos de 3 o 4 "dientes". Muéstrale a tu hijo cómo abrir un tubo de pasta de dientes y pon una pequeña cantidad en un cepillo de dientes. Explícale que la pasta de dientes ¡no es para comer, sino para limpiar! Luego, esparce un poco de pintura en el conjunto de dientes con un color que represente una bebida oscura, como la soda. Haz que tu hijo sumerja el cepillo de dientes con pasta de dientes en un vaso de agua y que luego cepille la soda de los dientes. Repite usando diferentes colores de pintura y preguntando a tu hijo qué comida o bebida representa el color. ¡Asegúrate que tu hijo cepille de arriba a abajo, y en la parte delantera y trasera de los dientes!

**Cómo usar el hilo dental:** Toma el mismo juego de dientes hechos con cajas de huevo para mostrar a tu hijo cómo usar el hilo dental. Háblale de cómo acaba de cepillar el conjunto de dientes y de lo limpios que están, pero a veces la comida se queda atascada entre los dientes. Pega algunos pedazos pequeños de papel tisú entre los dientes para representar la comida que necesita ser removida. Usando un trozo de cuerda, muestra a tu hijo cómo mover la cuerda a través de los dientes para sacar la comida. ¡Muéstrale un verdadero pedazo de hilo dental después de practicar para que sepa qué usar en sus propios dientes!

**Perder los dientes:** Explícale a tu hijo que un día perderá sus dientes de leche y luego los dientes permanentes los reemplazarán y se quedarán para siempre. Para jugar con este concepto, recorta dos formas ovaladas con papel rosa y dibuja pequeños círculos con un crayón blanco. Tu hijo y tú colocan pequeños malvaviscos en los círculos y luego se turnan para lanzar los dados. Los números que aparezcan serán los dientes que perderá. Ayuda a tu hijo a contar el número de los dados y luego saca esos dientes (malvaviscos) de la boca. Después de que uno de los dos haya perdido todos los dientes, empiecen a hacer crecer los dientes permanentes tirando los dados y poniendo malvaviscos más grandes para representar los dientes permanentes. ¡El primero que llene su boca con dientes permanentes es el ganador!

Creado exclusivamente para Books By The Bushel, LLC por Pamela B Connor, Lic.Ed  
Traducido por Manuela Rodriguez