# Ama Tus Dientes Visitando al Dentista

## PAQUETE DE ACTIVIDADES PARA NIÑOS

Del kindergarten al 5º Grado

sonríe, CALIFORNIA™
MEDI-CAL TIENE COBERTURA DENTAL

# Actividades Ama Tus Dientes

## Calendario de Cepillado Ama Tus Dientes

Es importante cepillarte los dientes dos veces al día y usar hilo dental todos los días. ¡Dibuja un corazón cada vez que te cepillas los dientes y usas hilo dental!

Nombre: _____ Mes: _____

| | DOMINGO | LUNES | MARTES | MIÉRCOLES | JUEVES | VIERNES | SÁBADO |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Semana 1 | | | | | | | |
| Semana 2 | | | | | | | |
| Semana 3 | | | | | | | |
| Semana 4 | | | | | | | |
| Semana 5 | | | | | | | |

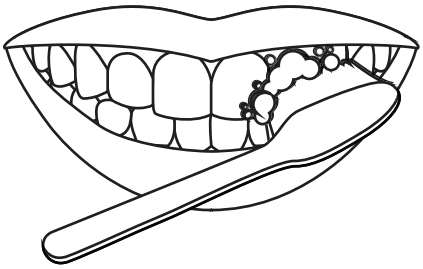
Las visitas regulares al dentista mantienen las encías y los dientes sanos. Medi-Cal cubre los chequeos dentales para niños y adolescentes.

DHCS | Medi-Cal Dental

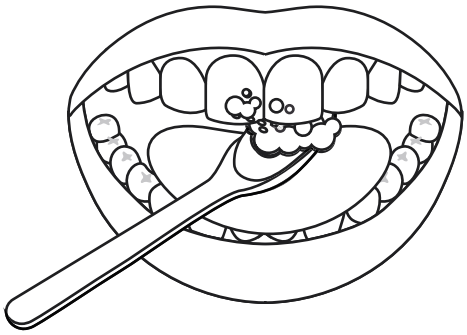
sonríe, CALIFORNIA™
MEDI-CAL TIENE COBERTURA DENTAL

# Actividades Ama Tus Dientes

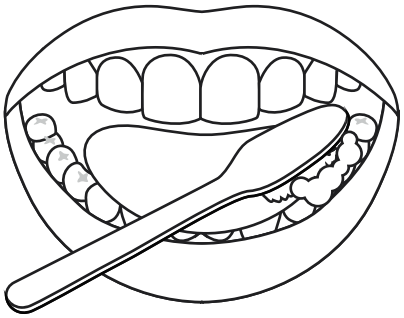
## Hoja de Colorear sobre el Cepillado



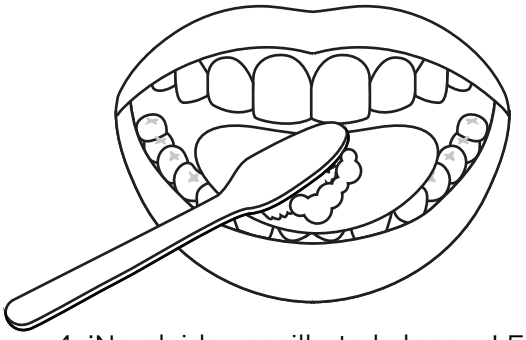
1. Coloca tu cepillo de dientes en un ángulo de 45 grados con respecto a tus encías. Mueve tu cepillo hacia adelante y hacia atrás con movimientos suaves y cortos.



3. Limpia las superficies interiores de los dientes frontales inclinando el cepillo verticalmente y haciendo movimientos hacia arriba y hacia abajo con la parte delantera del cepillo.

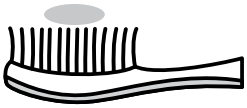


2. Cepilla suavemente la superficie exterior, interior y de masticación de todos los dientes, asegurándote de llegar a los dientes posteriores.

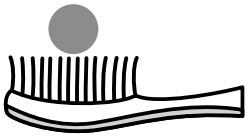


4. ¡No olvides cepillarte la lengua! Esto ayuda a mantener alejado el mal aliento y elimina las bacterias.

---



Los niños de 0 a 3 años deben usar una cantidad de pasta de dientes del tamaño de un grano de arroz.



Los niños de 3 años o más deben usar una cantidad de pasta de dientes del tamaño de un chícharo.

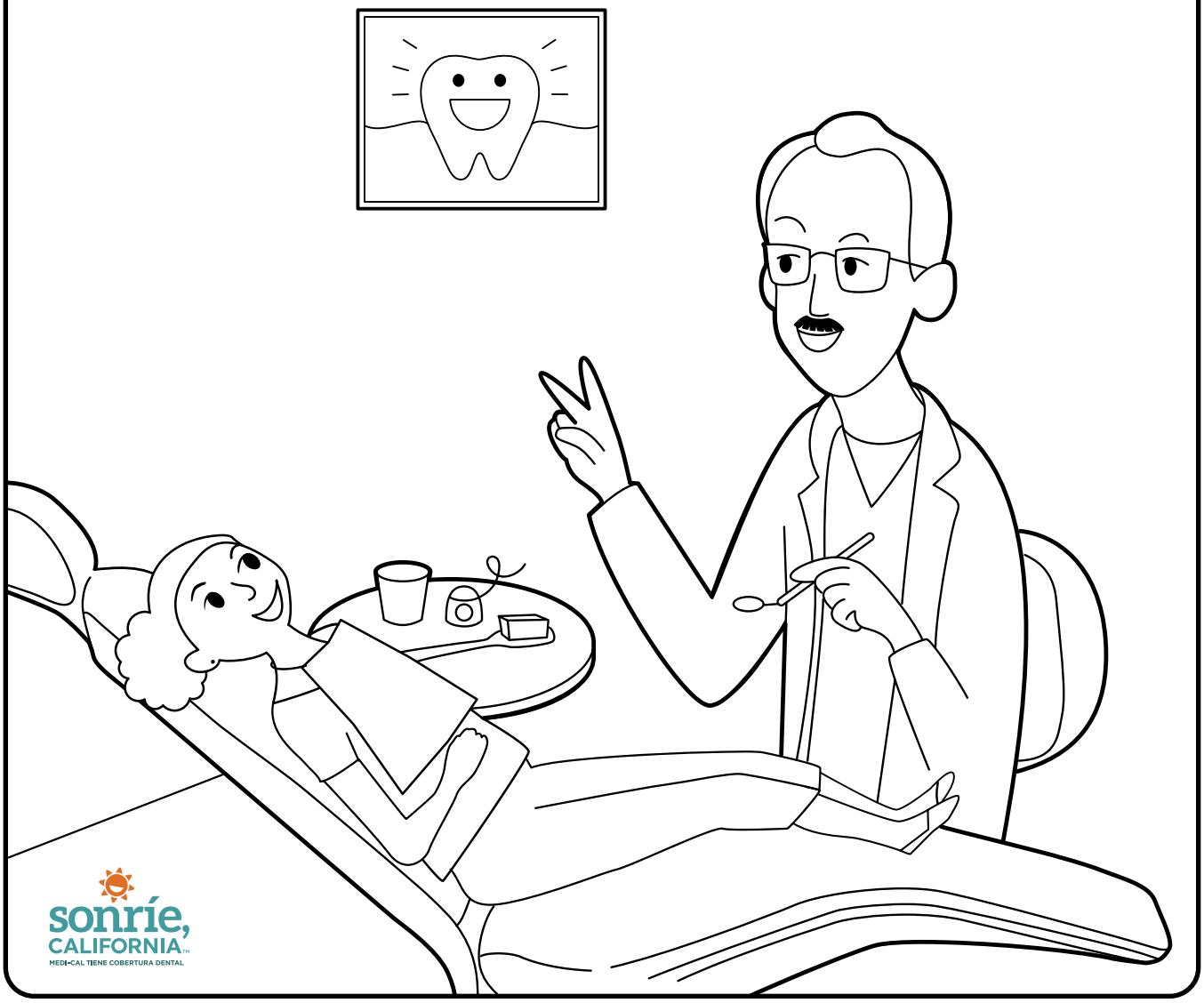
Un niño puede comenzar a cepillarse los dientes solo cuando un adulto confirma que puede hacerlo correctamente.

sonríe, CALIFORNIA™
MEDI-CAL TIENE COBERTURA DENTAL

# Actividades Ama Tus Dientes

## Ama tus dientes llevándolos al dentista.

Los miembros menores de 21 años pueden hacerse un chequeo dental y una limpieza cada 6 meses y, a veces, más.



# Actividades Ama Tus Dientes

## Juego de Descifrar Palabras Dientes Felices

onsaris _____

seiadntt _____

neeitd _____

iloh nletad _____

rantó ed sol eeisndt _____

lleciop _____

ícsnea _____

irceas _____

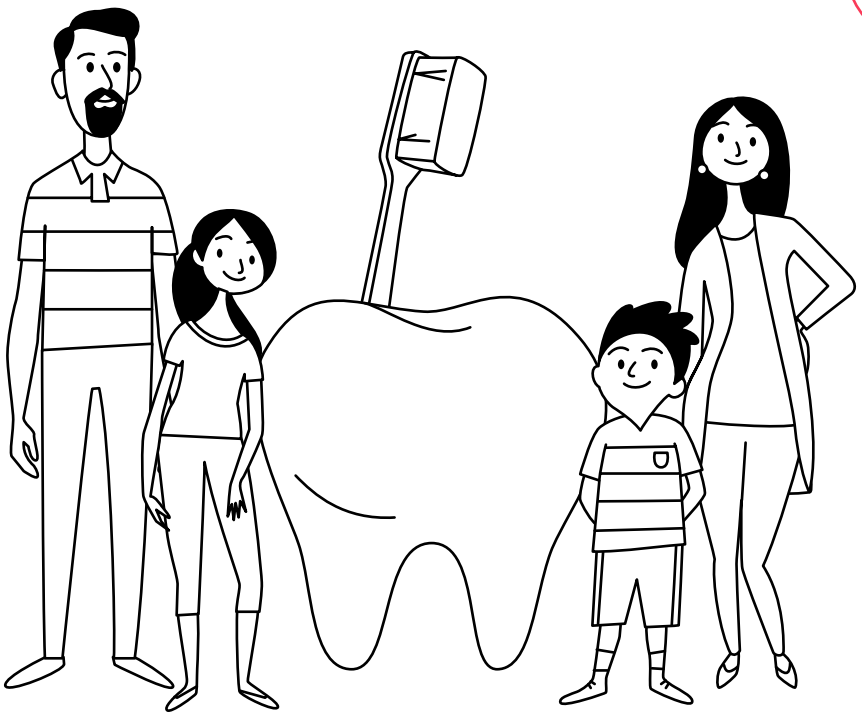
patas ldaent _____

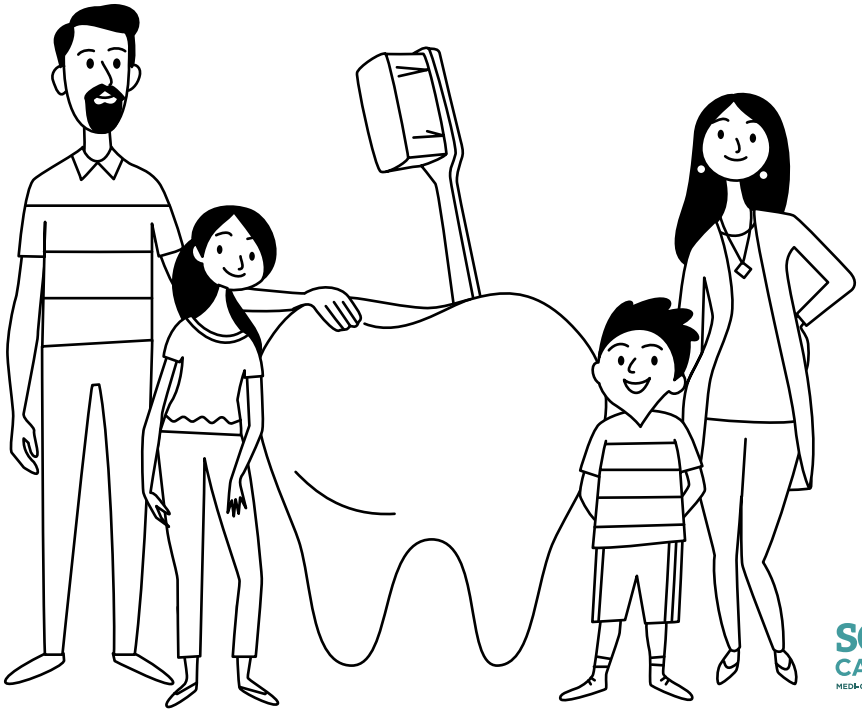
idíaorrfagsa _____

Respuesta a juego de descifrar palabras: sonrisa, dentista, diente, hilo dental, hada de los dientes, cepillo, encías, caries, pasta dental, radiografías

# Actividades Ama Tus Dientes

## Encuentra las 12 Diferencias





sonríe, CALIFORNIA™
MEDI-CAL TIENE COBERTURA DENTAL

# Actividades Ama Tus Dientes

## Búsqueda de Palabras Dientes Felices

| | | | | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| X | B | C | H | D | L | W | E | J | M | U | M | V | R | P |
| S | Q | A | T | I | I | W | S | P | Y | F | M | M | F | S |
| L | A | C | T | G | L | E | F | C | H | E | Q | U | E | O |
| Y | U | L | A | Z | Z | O | N | C | W | G | N | E | Q | K |
| Y | S | Y | U | B | X | V | D | T | Y | R | X | L | K | P |
| A | F | Q | Z | D | M | C | V | E | E | C | J | A | C | E |
| P | S | A | W | M | A | B | U | I | N | S | M | S | D | K |
| K | R | O | T | C | H | B | V | W | F | T | S | C | C | S |
| X | A | X | N | X | K | A | L | G | O | A | A | Q | E | J |
| I | E | G | Z | R | Q | Q | C | E | D | A | T | L | P | O |
| C | D | E | N | T | I | S | T | A | R | Z | N | G | I | G |
| F | E | L | I | Z | R | S | F | D | O | Q | A | I | L | Z |
| A | X | X | B | V | P | S | A | E | W | S | S | B | L | A |
| Q | S | H | S | E | L | L | A | D | O | R | E | S | O | U |
| P | E | O | E | Q | B | V | G | A | G | M | R | I | S | N |

DIENTES
CEPILLO
SELLADORES
HILO DENTAL

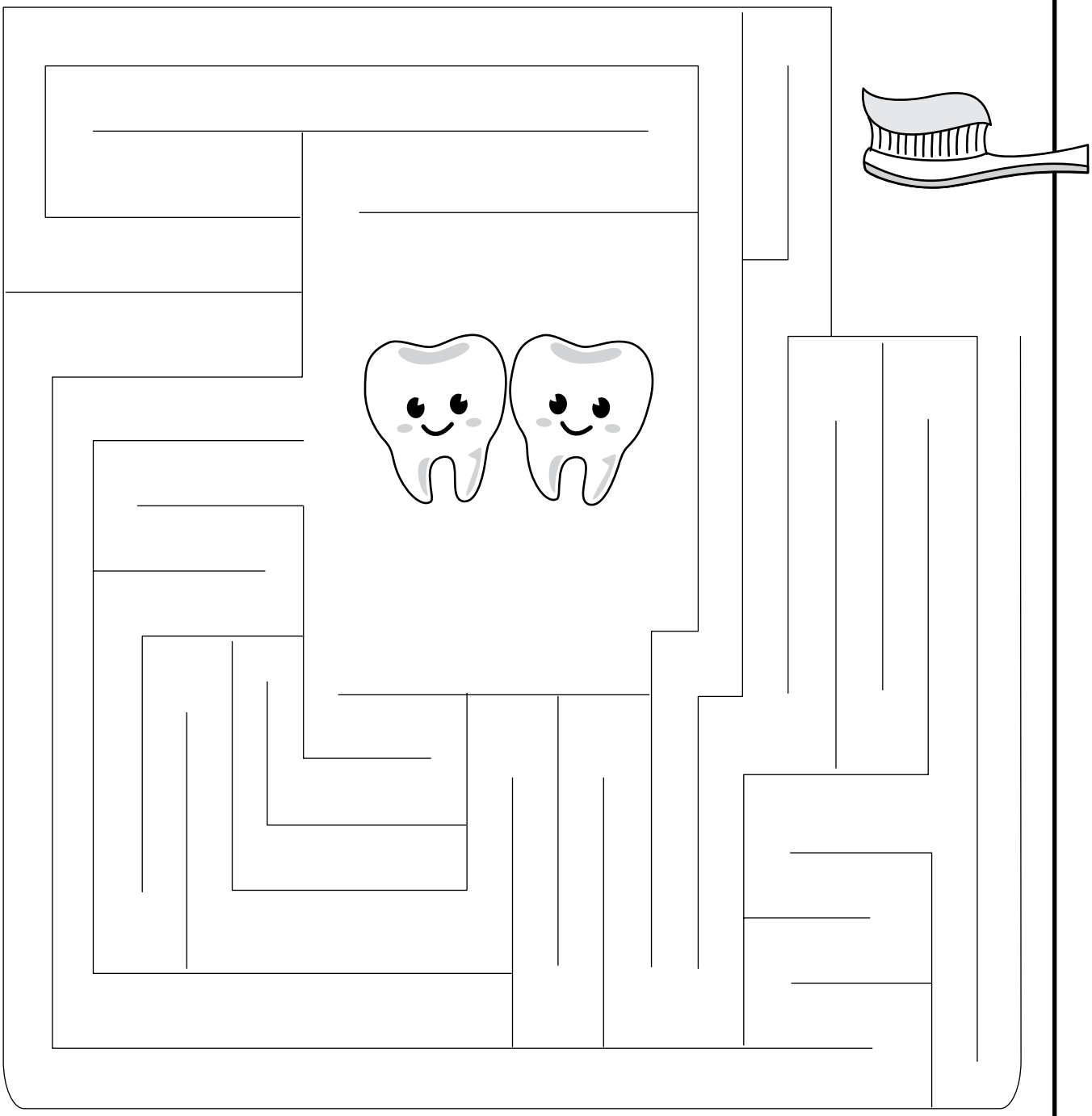
DENTISTA
SONRISA
SALUDABLE
MUELAS

FELIZ
CHEQUEO

DHCS | Medi-Cal Dental
sonríe, CALIFORNIA™
MEDI-CAL TIENE COBERTURA DENTAL

# Actividades Ama Tus Dientes

## Laberinto Ayuda al Cepillo de Dientes a Encontrar los Dientes



**SonrieCalifornia.org**

**(800) 322-6384**