



**Educación  
sobre salud oral  
para niños en  
edad escolar**



**Healthy  
Smiles**



# Cambridge Programa Healthy Smiles



Las caries siguen siendo la enfermedad crónica más común en los niños. Los niños sufren molestias innecesarias a causa de las caries, que limitan su capacidad para comer, hablar y aprender. La mala higiene oral afecta la salud general del niño. La buena noticia es que las caries se pueden prevenir con una buena higiene oral, una dieta adecuada y visitas periódicas al dentista cada seis meses para hacer limpiezas, aplicar flúor y selladores.



El programa Healthy Smiles (Sonrisas saludables) de Cambridge ofrece controles dentales gratuitos y formación de salud oral en el aula para estudiantes de preescolar, 1.º, 3.º, 6.º y 9.º grado en las escuelas públicas de Cambridge. Cambridge Healthy Smiles ha tenido mucho éxito a la hora identificar a los niños de Cambridge con riesgo de padecer enfermedades dentales y remitirlos para tratamiento a los dentistas locales de Cambridge. El objetivo del programa es llegar a todos los estudiantes con un plan que se adapte a la edad y responda a la diversidad estudiantil.

Una mayor conciencia de la salud oral mejorará la salud general de los estudiantes y sus familias.

Los enfermeros escolares y los enlaces con la familia tienen un papel importante junto con el higienista dental de la escuela. El programa Healthy Smiles espera que todos los estudiantes se esfuercen por tener una buena higiene oral, lo que contribuirá al éxito del año escolar.

# Controles dentales en las escuelas CPS



Nuestro programa realiza un control de salud oral complementario para tu hijo en la escuela. Los resultados del control nos ayudan a conocer la salud oral de cada estudiante con la esperanza de mejorar la salud general de todos los estudiantes de las Escuelas Públicas de Cambridge (CPS).

Todos los estudiantes de **primero, tercero, sexto y noveno grado** en CPS recibirán una clase anual sobre salud oral seguida de un control dental. La clase sobre salud oral se dará en el aula la semana anterior al control, para que los niños se sientan más cómodos con el personal de salud dental antes del control. El día de la lección, los niños volverán a su hogar con una bolsa con un cepillo de dientes, pasta dental, hilo dental e información sobre higiene oral para que los padres la lean, con recomendaciones sobre la salud oral específicas para cada edad.

Todos los estudiantes participan como una clase y los niños se sienten incluidos al ingresar a su control dental de dos minutos. Se incentiva a los niños a hacer preguntas durante el control dental. Nuestro control de salud oral incluirá un examen de los dientes y la boca de cada niño. **Este control sencillo y no invasivo se realizará usando un espejo para odontología.** Las caries dentales pueden pasar desapercibidas en sus primeras etapas de formación, por eso, este control se realizará con profesionales odontológicos capacitados. A los padres de los estudiantes que necesiten atención dental se les enviará una remisión para seguimiento. El programa Healthy Smiles ayudará a las familias a buscar un dentista. Incluso si tu niño ya tiene un dentista, hay beneficios si permites que tu niño participe con su clase en el control de Healthy Smiles para mejorar la salud general en la escuela.



# Resultados de los controles dentales escolares



Los problemas dentales pueden estar ocultos, los niños mantienen la boca cerrada para que los adultos no vean el dolor o el problema. El control oral permitirá identificar las necesidades del niño. Se ha comprobado que el niño que tiene dolor:

- No puede prestar atención en clase o se distrae por el malestar. No puede aprender en toda su capacidad, no puede asimilar.
- Su desempeño en las pruebas puede verse limitado.

El control ofrece un panorama de la población y permite hacer una evaluación global de ella. Un control de salud oral puede identificar el problema correctamente y hallar una solución, mediante una remisión. El control identificará la necesidad y facilitará el proceso para que todos los niños de CPS tengan bocas saludables.



# Educación temprana



Entre los muchos preparativos importantes para la jornada escolar se encuentra tener una boca sana. Las caries siguen siendo la enfermedad crónica más común en los niños. Los niños sufren dolores innecesarios a causa de las caries.

La buena noticia es que las caries se pueden prevenir mediante una dieta sana, buenos hábitos de higiene oral y una rutina de atención dental con flúor y selladores. Es importante comenzar desde el preescolar y los primeros grados para que el niño aprenda la importancia de tener una boca sana.

## Importancia de una boca sana:

Los dientes nos ayudan a comer, hablar, cantar y sonreír.

Las encías y los huesos sanos nos ayudan a mantener los dientes en su lugar.

Las mejillas, los labios y el paladar son esenciales para masticar y hablar.

La lengua nos ayuda a hablar y a degustar los alimentos.

Los dientes de leche dejan espacio en las mandíbulas para que los dientes permanentes se desarrollen debajo de las encías.

Los dientes de leche que se extraen (remueven) demasiado temprano pueden hacer que los dientes permanentes salgan desalineados.

Los alimentos se dividen en viscosos o crujientes por su efecto en los dientes; al estar en la boca, ¿limpian los dientes o se pegan a ellos y favorecen la placa que causa las caries?

Enjuaga tu boca con agua después de comer si no tienes un cepillo. Esto removerá restos de comida y la placa (los gérmenes de la boca).





El cepillado y el hilo dental tanto en los dientes de leche como en los permanentes son importantes para proteger y mantener los dientes sanos. El uso del hilo dental ayuda a eliminar restos de comida y bacterias entre los dientes y donde el cepillo no llega. Una buena salud oral significa cepillarse los dientes dos veces al día con una pasta dental con flúor antes de ir a la escuela y antes de dormir. Incentiva a tu niño a hacer del cepillado y del hilo dental un hábito diario. El buen cuidado oral ayudará a tu niño a prevenir los gérmenes.





Es importante que, en los primeros años, tu niño aprenda cómo se forman las caries y que los buenos hábitos alimenticios mantienen la salud de la boca y del cuerpo.

## El proceso de las caries dentales

La placa (las bacterias de la boca) alrededor de los dientes convierte las partículas de los alimentos en ácido.

Comer o ingerir bocadillos con frecuencia genera ácidos.

Estos ácidos descomponen la estructura del esmalte dental, lo que provoca caries.

Las caries continúan extendiéndose profundamente por la estructura del diente y forman una cavidad (un agujero) si el dentista no controla este proceso.

Los alimentos se dividen en viscosos o crujientes por su efecto en los dientes; al estar en la boca, ¿limpian los dientes o se pegan a ellos y favorecen la placa que causa las caries?

Enjuaga tu boca con agua después de comer si no tienes un cepillo.

Esto removerá los restos de comida y la placa.

Es importante tratar estos temas tanto en casa como en la escuela. Incentiva a tu niño a hacer del cepillado y del hilo dental un hábito diario. Se recomienda que tu niño vea al dentista para un examen y una limpieza oral dos veces al año, para prevenir problemas dentales que podrían impedir que aprenda al máximo de su capacidad.





# Sorbe, haz buche y traga



## Iniciativa de botellas de agua en el aula: ¿Por qué agua?

El agua con flúor de la red pública de Cambridge es la mejor bebida para mantener la salud oral. Los estudiantes no pueden cepillarse los dientes en la escuela; por eso, beber agua es la mejor alternativa.

El agua ayuda a enjuagar la formación de la placa y el ácido que provoca caries.

El agua ayuda a eliminar los restos de alimentos que contribuyen a la formación de la placa.

El agua con flúor fortalece los dientes.

El agua hidrata a los niños y los mantiene sanos.

## Sorbe, haz buche y traga.

Fomentar el uso de botellas de agua en el aula es una manera de enseñar a los estudiantes que beber agua es bueno para la boca, el cuerpo y la salud.

Un estudiante sano aprende mejor.

Las botellas de agua que se entregan **en las aulas de 1.º y**

**3.º grado** como parte de la Iniciativa Healthy Smiles son suministradas por Charles Bullock Trust Fund, que contribuye con las necesidades de la salud oral de niños en edad escolar en Cambridge.



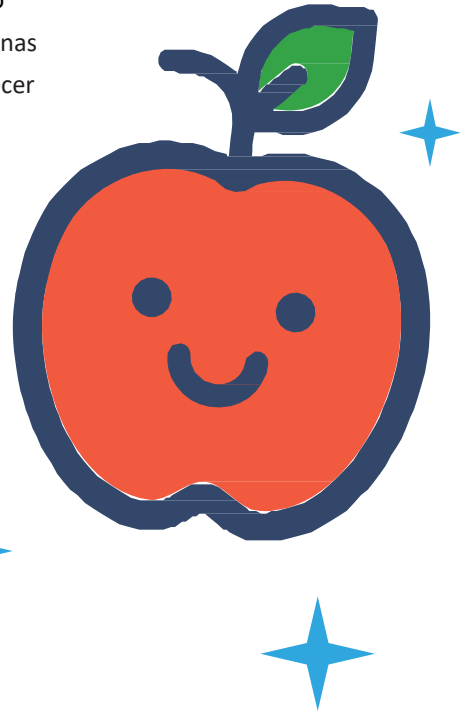


## Alimentos y bocadillos saludables para los dientes en la escuela

A la hora de almorzar o comer un bocadillo, elige frutas y verduras que ayuden a limpiar tus dientes mientras las comes y que sean reducidas en azúcar. Después del cepillado, esto es lo mejor para tus dientes.

La leche y otros productos lácteos, como el queso y el yogur, son bajos en azúcar, lo cual es bueno para tu salud dental. Además, tienen proteínas y están llenos de calcio, que ayuda a fortalecer tus dientes.

Las galletas, las papas fritas y los panes se pegan a los dientes al entrar en contacto con la saliva de la boca y permanecen más tiempo allí, lo cual promueve la formación de caries y placa dental. Comer frutas o verduras crujientes y beber agua después ayudará a limpiar los restos de alimentos pegados en los dientes.



# Dientes sanos, Tú sano En la escuela



**Sorbe, haz buche y traga** agua después de **cada** bocadillo y del almuerzo.

---



Lleva **bocadillos saludables** a la escuela, que no se peguen en los dientes y que los mantengan limpios.

---



Bebe **agua** durante la jornada escolar, para tu salud.

---



No te llesves las **manos** (con gérmenes) a la boca.

---



Mueve tu diente flojo con la **lengua**.

---



**Avisa a tu maestro** si tienes un diente que te molesta.

**Sorbe,  
haz buche  
y traga**



Cambridge  
Public Health  
Department



# Educación preadolescente



Tu preadolescente tomará decisiones que afectarán su salud oral y su salud en general. Hay más factores de riesgo a los que podría exponerse y tendrá que tomar decisiones bien informadas.

## La boca es importante para el cuerpo

Importancia de tener una dieta sana y baja en azúcar, y limitar los bocadillos frecuentes.

Importancia de cepillarse dos veces al día con pasta dental con flúor y usar hilo dental antes de la escuela y de dormir. Esto es particularmente importante para quienes tienen ortodoncia.

Conciencia sobre la higiene oral personal, el mal aliento y limitar la exposición a gérmenes que causan enfermedades.

Evitar factores de riesgo: el tabaco, los cigarrillos electrónicos y las drogas ilegales.

Importancia de beber agua en la escuela y después del almuerzo, para la salud dental y mantenerse hidratado.

Importancia de usar protectores bucales y faciales y cascos para las actividades deportivas.

Es importante tratar estos temas tanto en casa como en la escuela.

Incentiva a tu niño a hacer del cepillado y del hilo dental un hábito diario. Se recomienda que tu niño vea al dentista para un examen y una limpieza oral dos veces al año, para prevenir problemas dentales que podrían impedir que aprenda al máximo de su capacidad.





Los adolescentes están preparados para comprender la importancia de tener una boca sana y son responsables de su higiene personal. La siguiente lista incluye algunos de los temas que se hablarán con tu niño.

## Cuida tus dientes toda la vida:

Cómo influye la salud oral en todo el cuerpo.

El proceso de las caries dentales.

Importancia de tener una dieta sana y baja en azúcar, y limitar los bocadillos frecuentes.

Importancia de cepillarse habitualmente dos veces al día con pasta dental con flúor y usar hilo dental.

Conciencia sobre la higiene oral personal, el mal aliento y limitar la exposición a gérmenes que causan enfermedades.

Evitar factores de riesgo: el tabaco, fumar y usar cigarrillos electrónicos y las drogas ilegales.

Importancia de beber agua en la escuela y después del almuerzo, para la salud dental y mantenerse hidratado.





Importancia de usar equipo de protección, como protectores bucales y cascos para evitar daños en los dientes y traumatismos durante las actividades deportivas.

Importancia de contar con una clínica dental.

Es importante tratar estos temas tanto en casa como en la escuela. Incentiva a tu niño a hacer del cepillado y del hilo dental un hábito diario. Se recomienda que tu niño vea al dentista para un examen y una limpieza oral dos veces al año, para prevenir problemas dentales que podrían impedir que aprenda al máximo de su capacidad.



# Elige el agua como tu bebida, ¡te ayudará a pensar!



## Iniciativa de botellas de agua en el aula: ¿Por qué agua?

El agua con flúor de la red pública de Cambridge es la mejor bebida para mantener la salud oral. Los estudiantes no pueden cepillarse los dientes en la escuela; por eso, beber agua es la mejor alternativa.



El agua ayuda a enjuagar la formación de la placa y el ácido que provoca caries.

El agua ayuda a eliminar los restos de alimentos que contribuyen a la formación de la placa.

El agua con flúor fortalece los dientes.

El agua hidrata a los niños y los mantiene sanos.

## Sorbe, haz buche y traga.

Fomentar el uso de botellas de agua en el aula es una manera de enseñar a los estudiantes que beber agua es bueno para la boca, el cuerpo y la salud. Un estudiante sano aprende mejor.

Las botellas de agua entregadas en **6.º y 9.º grado** como parte de la Iniciativa Healthy Smiles son suministradas por Charles Bullock Trust Fund, que contribuye con las necesidades de la salud oral de niños en edad escolar en Cambridge.

## Alimentos saludables para los dientes y hábitos en la escuela

Elige frutas y verduras como almuerzo o bocadillo. Incluye calcio en tu dieta: leche y los productos lácteos, como queso y yogur. Mantén fuerte tu sistema inmunitario con una buena higiene oral, cepilla tus dientes y usa hilo dental dos veces al día. Recuerda usar un protector bucal, lávalo y guárdalo correctamente entre cada evento deportivo. Evita las bebidas deportivas altas en azúcares; en su lugar, bebe agua para hidratarte mientras practicas tu deporte.



# Una buena salud oral lleva a una buena salud general



¿Cómo puedes ayudar a tu niño a tener una boca sana cuando está gripado o resfriado?

**Aun cuando esté enfermo, debes mantener la rutina de higiene oral diaria de tu niño.**

- Cepillar los dientes dos veces al día.
- Usar hilo dental por la mañana o por la noche.
- Cambiar el cepillo una vez que mejore su salud.

**Tu boca se daña cuando estás enfermo:**

- Los aerosoles nasales y los medicamentos para la tos y el resfriado pueden resecar la boca.
- La acidez del vómito puede dañar los dientes.
- Los gérmenes de la tos y de la boca pueden contagiar al resto de tu cuerpo y a otras personas.

**Cómo aliviar la boca seca**

- ¡Bebe mucha agua!
- Enjuágate con agua y escupe después de vomitar.
- Usa un humidificador o un vaporizador para evitar que el aire seco del invierno te reseque la boca.
- Si tu niño tiene edad suficiente para usar pastillas para la tos, son recomendables las pastillas sin azúcar (como el xilitol).







**¡Hidrátate, hidrátate, hidrátate cuando estés enfermo!**

Agua: mantiene al niño hidratado y limpia los ácidos que causan las caries. Si tu médico recomienda las siguientes bebidas, toma agua después para eliminar los azúcares de los dientes.

Pedialyte: repone líquidos y minerales.

Las bebidas deportivas sin azúcar aportan energía a los niños.

Consumir jugos reducidos en azúcares con moderación.



# Consejos de salud oral para cuando estés enfermo



Aun cuando estés enfermo, debes mantener la rutina de higiene oral diaria.

Aquí tienes algunas recomendaciones de salud para mantener una boca sana. Lávate SIEMPRE las manos antes de cepillar tus dientes.

Cepíllate dos veces al día con un cepillo de cerdas suaves que lleguen fácilmente a todas las áreas de tu boca.

Usa una pasta dental con flúor aprobada por la American Dental Association (ADA).

Cepilla todos tus dientes, arriba, abajo, por delante, por detrás, por dentro y por fuera.

Cepilla las encías y los dientes con movimientos circulares, como un masaje.

Usa una cantidad de pasta dentífrica del tamaño de un frijol, para adultos y niños mayores de 3 años.

Cepíllate durante dos minutos.

Cepíllate la lengua.

Usa hilo dental una vez al día. Si no lo has estado haciendo todos los días, es el momento de comenzar. El hilo dental elimina restos de comida y gérmenes entre los dientes. Cómo usar el hilo dental:

Extrae 18 a 24 pulgadas (45 a 60 cm) de hilo dental del envase.

Enrolla los extremos del hilo dental alrededor de los dedos índice y medio.





Mantén el hilo dental tensado alrededor de cada diente formando una "C"; mueve el hilo hacia arriba y abajo contra el lado de cada diente unas cuantas veces.

Puedes utilizar un portahilo si te cuesta usar el hilo dental o si le pasas el hilo a tu niño.

Desecha el hilo dental o el portahilo después de cada uso y lávate las manos.

El enjuague bucal no previene los virus, pero ayuda a eliminar los gérmenes que afectan a la boca. Usa un enjuague bucal antibacterial aprobado por la ADA para mayores de 12 años.



# Consejos para cuando estés enfermo (2)



## Evita la propagación de gérmenes

Enjuaga bien el cepillo con agua caliente después de cada cepillado.

Después de enjuagar tu cepillo, déjalo secar en posición vertical. Deja que se seque al aire antes de guardarlo. Guarda tu cepillo solo, sin contacto con los cepillos de otros miembros de la familia.

Evita propagar gérmenes, reparte a cada miembro de la familia su propia pasta de dientes y su hilo dental.

Si estás enfermo, o si te enfermas, reemplaza tu cepillo una vez que mejores. Reemplaza el cepillo de dientes cada tres meses como mínimo.

No olvides mantener limpios tus aparatos dentales extraíbles (como los retenedores o las dentaduras postizas). Cepíllalos también y sigue los protocolos de almacenamiento recomendados por tu dentista.

Desecha el hilo dental o el portahilo después de cada uso y lávate las manos.

## Hidrátate con el agua con flúor de la red de Cambridge

El agua es la mejor bebida para mantener la salud oral. Beber agua es buena para tu boca y cuerpo, y te mantiene saludable. El agua de la red de Cambridge contiene flúor, conocido como "el protector natural contra las caries".



# Consejos para cuando estés enfermo (3)



## Bocadillos saludables para los dientes

Consume bocadillos sanos, bajos en azúcar y que no se peguen a los dientes. Limita la cantidad que tú o tu niño comen bocadillos cada día. Estar en casa tiene una ventaja: ¡siempre puedes cepillarte después de comer!

## Hábitos evitables que pueden causar problemas dentales

Evita hábitos riesgosos que no son buenos para tu salud oral y que, además, pueden aumentar las probabilidades de contraer o recuperarte de un virus. Algunos hábitos riesgosos son:

- Vapear, fumar cigarrillos electrónicos
- Abusar del alcohol
- Fumar tabaco
- Consumir drogas

## Consideraciones especiales para personas con afecciones de salud preexistentes

Es importante un minucioso cuidado de la salud oral en casa para quienes tienen afecciones médicas subyacentes y con mayor riesgo de sufrir periodontitis. Algunas de estas afecciones son la diabetes, las cardiopatías, el asma y otras que pueden comprometer el sistema inmunitario. Quienes tienen estas afecciones también corren un mayor riesgo de sufrir una enfermedad grave por COVID-19.

## Llame a su clínica dental

Si crees tener una emergencia odontológica, llama de inmediato a la clínica dental, y te aconsejarán el mejor tratamiento.



# Usa un protector bucal al hacer deportes



Un protector bucal es un dispositivo de protección hecho de goma y se coloca sobre los dientes superiores para prevenir lesiones a los dientes, labios, mejillas y la lengua. Cuando practiques un deporte, el protector bucal puede ayudar a prevenir la pérdida de dientes y podría reducir el riesgo y la gravedad de las fracturas de mandíbulas y/o contusiones.

Los protectores bucales son muy recomendados para quienes participan en deportes donde existe el riesgo de lesiones a la mandíbula, los dientes o la cabeza. La Asociación Dental Americana alienta el uso de protectores bucales personalizados. Habla con tu dentista para obtener más información.

## Cuida tu protector bucal

Antes y después de cada uso, debes limpiar tu protector bucal con agua fría y jabonosa o un enjuague bucal antiséptico. Sacúdolo para secarlo.

Debes guardar tu protector bucal en contenedores de plástico duro, los cuales también deberás limpiar.

Reemplaza tu protector bucal cuando esté rasgado o si cambia la posición de tu mandíbula o tus dientes, lo que hace que ya no se ajuste como es debido.



# Emergencias dentales



## No dudes en llamar a tu consultorio dental si tienes dudas.

**Si te cortas o muerdes la lengua, un labio o una mejilla:** primero, limpia la zona con agua. Luego, aplica una compresa fría sobre la zona afectada para ayudar a controlar y minimizar la hinchazón. Si sangra, aplica presión con suavidad con una gasa o un trozo de tela limpio.

**Si se sale un diente de leche:** quizás debas llamar al consultorio dental. Sería útil que lo guardes y lo lledes a la consulta para que puedan asegurarse de que se haya salido todo el diente.

**Si se sale un diente permanente:** si a tu hijo se le sale un diente permanente, es una emergencia dental. Si puedes encontrar el diente, tómallo solo desde la corona y evita tocar la raíz. Lo más importante que debes recordar es que el diente debe estar húmedo. Luego, ve a una consulta con tu dentista de inmediato.

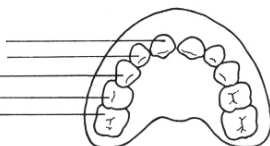
**Absceso dental:** un absceso dental es una infección muy dolorosa que se genera dentro de la raíz del diente. Se puede acumular pus que, si no recibe tratamiento, puede generar diversas complicaciones de salud. Llama a tu consultorio dental.

**Arreglos que se caen o se sueltan:** si tu hijo tiene arreglos, pueden soltarse, desacomodarse o perderse. Si sucede esto, llama a tu dentista de inmediato. Cuando un arreglo se mueve de su posición original, el diente desprotegido que está debajo queda expuesto. Esto puede ocasionar una sensibilidad extrema en el área afectada. Es importante que el arreglo sea remplazado cuanto antes.

# Sigue el paso de los dientes de leche a los dientes adultos

## Superiores

Incisivo central  
Incisivo lateral  
Canino  
1.º molar  
2.º molar



## Inferiores

2.º molar  
1.º molar  
Canino  
Incisivo lateral  
Incisivo central



## Superiores

Incisivos centrales  
Incisivo lateral  
Canino  
1.º molar  
2.º molar

## Aparición

7½ meses  
9 meses  
18 meses  
14 meses  
24 meses

## Caída

7½ años  
8 años  
11½ años  
10½ años  
10½ años

## Inferiores

2.º molar  
1.º molar  
Canino  
Incisivo lateral  
Incisivo central

## Aparición

20 meses  
12 meses  
16 meses  
7 meses  
6 meses

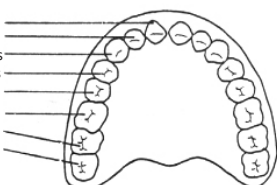
## Caída

11 años  
10 años  
9½ años  
7 años  
6 años

## Superiores

Incisivo central  
Incisivo lateral  
Canino  
1.º premolar  
2.º premolar  
1.º molar  
2.º molar  
3.º molar

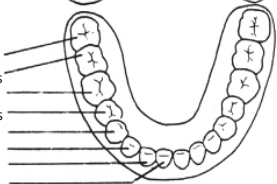
7-8 años  
8-9 años  
11-12 años  
10-11 años  
10-12 años  
6-7 años  
12-13 años  
17-21 años



## Inferiores

3.º molar  
2.º molar  
1.º molar  
2.º premolar  
1.º premolar  
Canino  
Incisivo lateral  
Incisivo central

17-21 años  
11-13 años  
6-7 años  
11-12 años  
10-12 años  
9-10 años  
7-8 años  
6-7 años



El desarrollo de cada niño es diferente, y la aparición de sus dientes también puede variar.

**Aparición:** cuando los dientes crecen en la boca.

**Caída:** cuando se pierden los dientes.





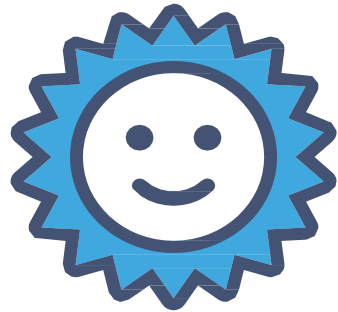
# Cuando la salud mental empeora, también puede hacerlo la salud oral

## Descuidar la higiene oral diaria puede causar:

- Caries, infecciones orales y dolor
- Baja autoestima por mal aspecto de la boca
- Malestar por boca seca

## ¿Qué puede dañar tus dientes o tu boca?

- Alimentos ricos en azúcar
- Alimentos o bebidas
- El alcohol
- Tabaco/vapeo o vaporizador de hierba
- Medicamentos conductuales
- Aerosoles nasales, inhaladores, medicamentos para el resfrío
- Vómito
- Drogas ilegales



Si tu salud mental se ve desmejorada, recuerda mantener tu rutina diaria de cepillado.

Una buena salud oral lleva a una buena salud general.

# Encuesta dental de Cambridge Healthy Smiles



## ¿Por qué deberías ir al dentista durante la pandemia?

El programa Cambridge Healthy Smiles forma parte del departamento de salud escolar en CPS. Ofrecemos controles dentales y educación sobre salud oral en las escuelas públicas de Cambridge (CPS) para todos los estudiantes de primero, tercero, sexto y noveno grado. Debido a la pandemia de COVID-19, cuando no se hagan controles dentales en la escuela de tu niño, el personal de Healthy Smiles llamará a las familias para hacer unas preguntas sobre la salud dental y dar más seguridad.

## Durante la encuesta, dedicaremos un tiempo a responder todas las preguntas que tengan los padres.

¿Tu niño cuenta con una clínica dental?

¿Has podido visitar al dentista durante la pandemia de COVID-19?

¿Tienes alguna preocupación o temor de volver al dentista?

Recomendamos que, durante la pandemia de COVID-19, tu familia siga acudiendo al dentista para visitas preventivas de rutina que ayuden a mantener la seguridad de tu familia. Continúa con los buenos hábitos de salud oral que son esenciales para la salud general. Tanto en la escuela como virtualmente, la capacidad de aprendizaje del niño aumenta con una buena higiene oral. Recomendamos que sigas acudiendo al dentista para controles de rutina y mantener a tu familia sana. Recuerda que la odontología lleva décadas equipada y formada para ofrecer el mejor control frente a las infecciones. Nunca ha sido causa de infección respiratoria ni de propagación de virus. Visita al dentista para mantener una buena salud oral y general.



# Recursos de salud oral



## Servicios odontológicos escolares para niños de Cambridge

### Harvard School of Dental Medicine

(617) 432-1434

188 Longwood Ave, Boston, MA 02115

### Tufts University School of Dental Medicine

(617) 636-6828

1 Kneeland St, Boston, MA 02111

### Henry M. Goldman School of Dental Medicine

(617) 638-4700

100 E Newton St, Boston, MA 02118

### Forsyth School for Dental Hygiene

(617)278-2700 (solo limpiezas y radiografías)

179 Longwood Avenue, Boston, MA

## Seguro dental de Mass Health

Para buscar dentistas locales en Cambridge que participen en el Programa Estatal de Seguro de Salud para Niños (CHIP) y Medicaid visita:

InsureKidsNow.gov o 1-877-KIDS-NOW

### Oficina de Asistencia del Seguro de Salud de Cambridge Hospital

617-665-1100





## Centros de salud de la comunidad

Para buscar **centros locales de salud de la comunidad** con clínicas dentales visita:  
<http://www.massleague.org/findahealthcenter/>

### Windsor Street Dental Clinic

(617) 665-3990

Cambridge Health Alliance Windsor Street Health Center

119 Windsor St. Cambridge, MA 02139

## Información sobre salud oral

Para obtener más información sobre las **recomendaciones de salud oral** para tu niño, visita los siguientes sitios web:

America's Academy of Pediatric Dentists

<http://www.mychildrensteeth.org>

American Dental Association MouthHealthy


<https://www.mouthhealthy.org>











**“  
¡Dientes sanos,  
Tú sano!  
”**

Si tienes alguna pregunta, comunícate con:

Programa Healthy Smiles de Cambridge  
Programa de Salud Oral en Escuelas Públicas de Cambridge

Tel: 617-665-3767 | [healthysmiles@challiance.org](mailto:healthysmiles@challiance.org)



Cambridge  
Public Health  
Department



Healthy  
Smiles