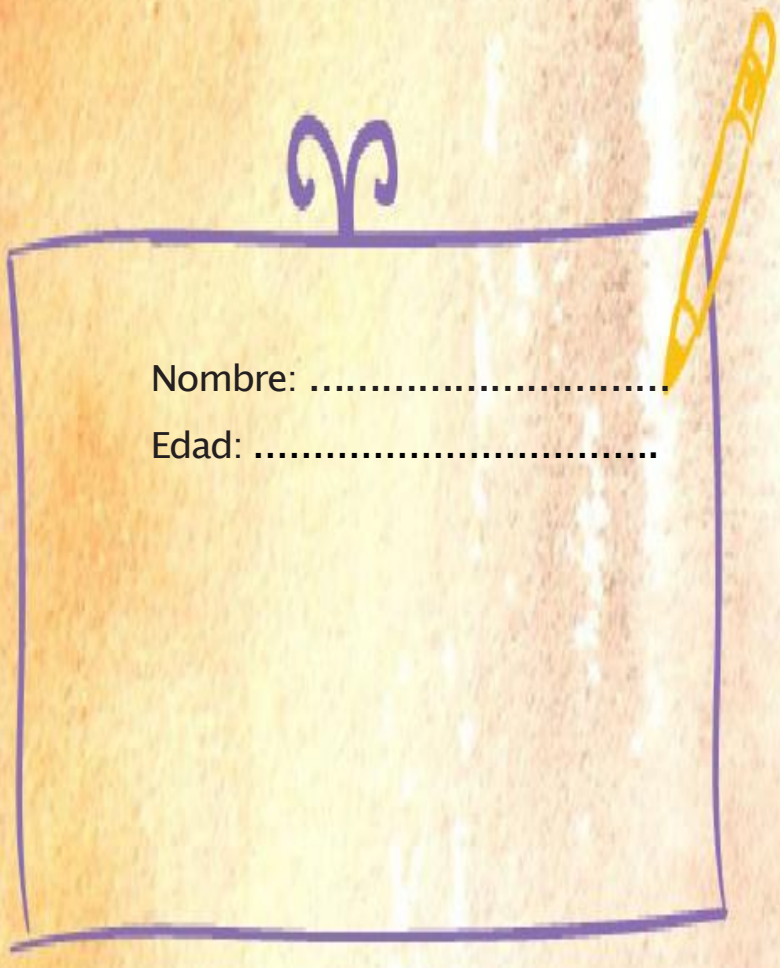
yaba | Clínica Colombiana de Ortodoncia

“Familias que siembran sonrisas”



Nombre: .....

Edad: .....

yaba | Clínica Colombiana de Ortodoncia

yaba | Clínica Colombiana de Ortodoncia

Queridas familias

El cuaderno que tienen en sus manos emprenderá un largo viaje por los distintos territorios de nuestro país. Recorrerá campos, ciudades, montañas, caletas de pescadores, comunidades indígenas, visitaran valles, desiertos, islas y otros sitios para que las familias que allí habitan, cuenten sus valiosas experiencias e historias de hoy y de ayer sobre el cuidado de sus dientes.

La salud bucal ha sido una preocupación constante en diversas épocas y culturas, es por eso que queremos invitarlos a conversar y compartir en familia sus vivencias y reflexiones sobre este tema.

Queremos compartir con ustedes la historia de una familia sobre cómo cuidaban sus dientes.

Recuerdo cuando mi abuelita nos llevaba a mis hermanos y a mí al río. Ella llevaba la ropa y un jabón, decía que aprovecharía de lavar ropa mientras nos enseñaba a lavarnos los dientes.

A la orilla del río hacíamos una oración para pedir permiso al dueño del agua

Luego mi abuelita nos hablaba de la "limpia plata" (lawen o yerba medicinal). Decía que ayudaba a curar enfermedades y a limpiar los dientes.

Ella pedía permiso y sacaba un manojo de limpia plata, hacía una bolita, lo apretaba entre sus manos hasta que le saliera un poco de espuma, luego decía: "ahora se pueden refregar los dientes hasta que no quede espuma".

Ella nos decía que todos los días debíamos hacer lo mismo: cuidarlos, para que nuestros dientes nos acompañen hasta la vejez.

Extracto de relato de Carmen Curical Ñanco

Familia de: .....

Actividad 1

Les invitamos a viajar en el tiempo.

CONVERSEMOS

¿Cómo se cuidaban los dientes y encías sus familiares y amigos mayores?, ¿recuerdan alguna historia de cómo lo hacían sus abuelos o antepasados?, ¿cómo ha cambiado esto en el tiempo?, ¿cómo lo hacen ahora?

Escriban un relato (cuento, canción, paya, rima, poema u otro), donde puedan compartir alguna historia de cómo cuidaban sus antepasados su salud bucal.

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

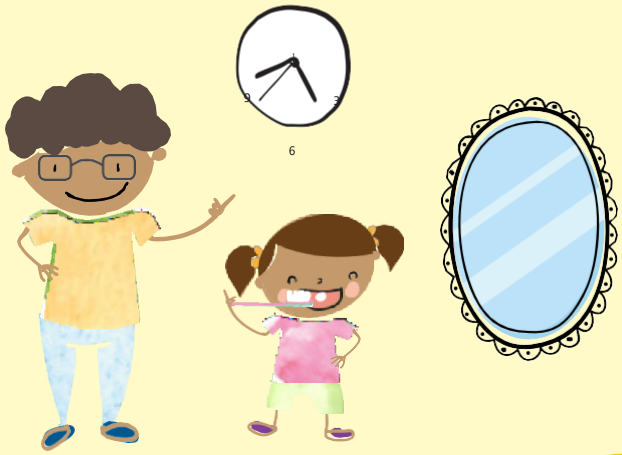
Familia de: .....

Actividad 2

CONVERSEMOS

Sobre los dientes de leche o temporales, los cuales se cambian desde los 6 años de edad en adelante.

¿Por qué es importante cuidar estos dientes temporales o de leche?



Miremos la boca del niño o niña y su sonrisa, luego dibujemos lo que observamos.

Familia de: .....

Actividad 3

Imaginen que van a realizar un viaje soñado a.....(lugar) por ..... días.

Irán con.....(quienes van al viaje).

Para que en este viaje estemos sanos, felices y cuidemos nuestros dientes, imaginemos.
¿Qué cosas debemos llevar en nuestra mochila? (incluyamos lo que comeremos y beberemos durante el viaje).

Hagamos una lista de las cosas que llevaremos:

- .....
- .....
- .....
- .....
- .....
- .....
- .....

Comparemos: ¿son las mismas cosas que llevamos en el último paseo familiar?, ¿olvidamos algo?
No.....Sí.....Lo olvidamos.....

Reflexión:

yaba | Clínica Colombiana de Ortodoncia

Familia de: .....

Actividad 4

CONVERSEMOS

Sobre los hábitos de alimentación y limpieza de nuestros dientes.

- ¿Cómo es el lavado de dientes de la mañana y el de la noche? (momentos complejos porque, por ejemplo, estamos apurados o los niños y las niñas tienen sueño)
- ¿Cómo han enfrentado el uso del chupete, el uso de mamadera o el consumo de alimentos con azúcar?
- ¿Qué experiencias interesantes quisieran compartir?

¿Cúales de estos hábitos nos

Sellemos el compromiso con un dibujo o foto familiar.

yaba | Clínica Colombiana de Ortodoncia

GRACIAS ...