

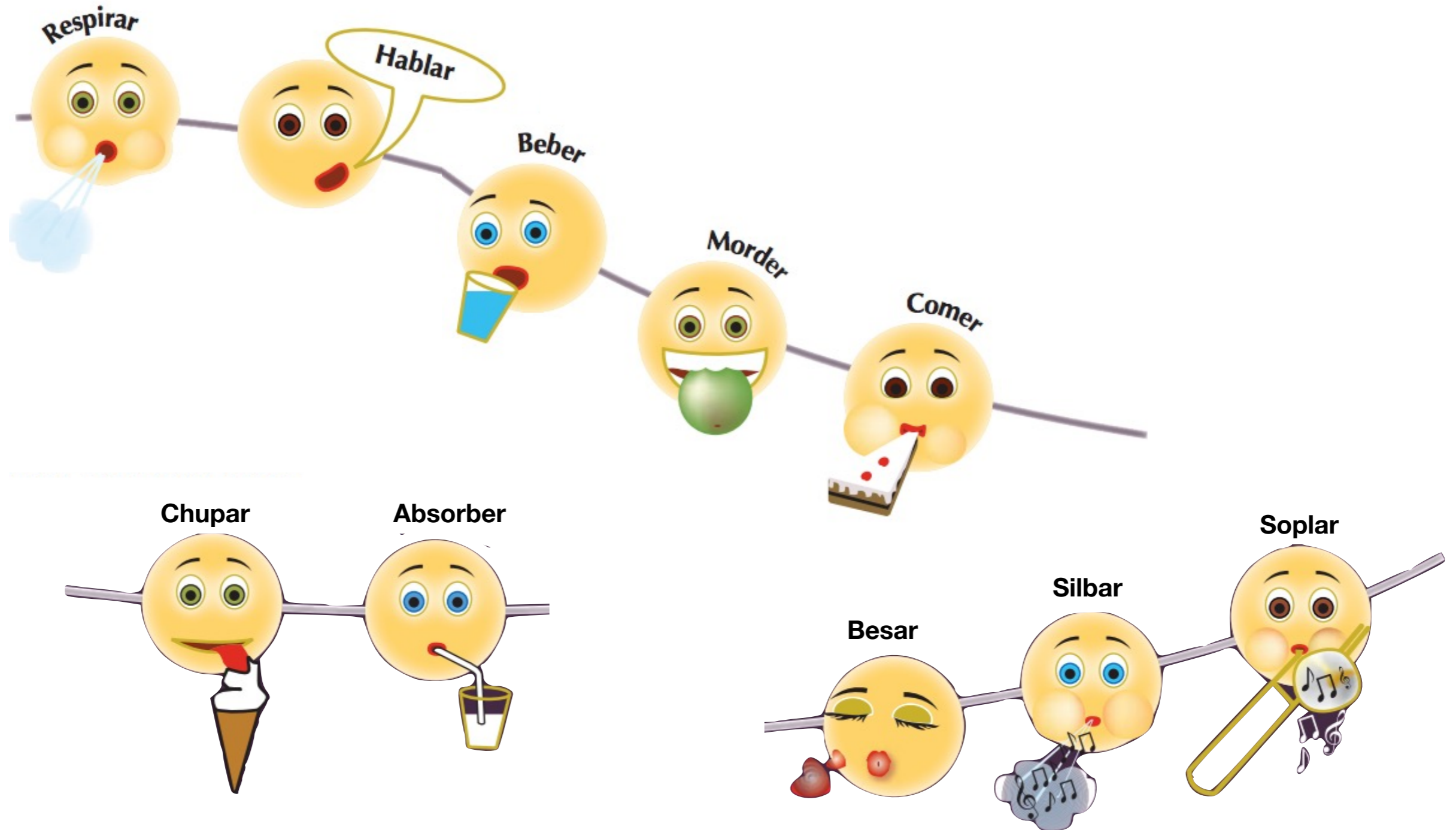


Cuido

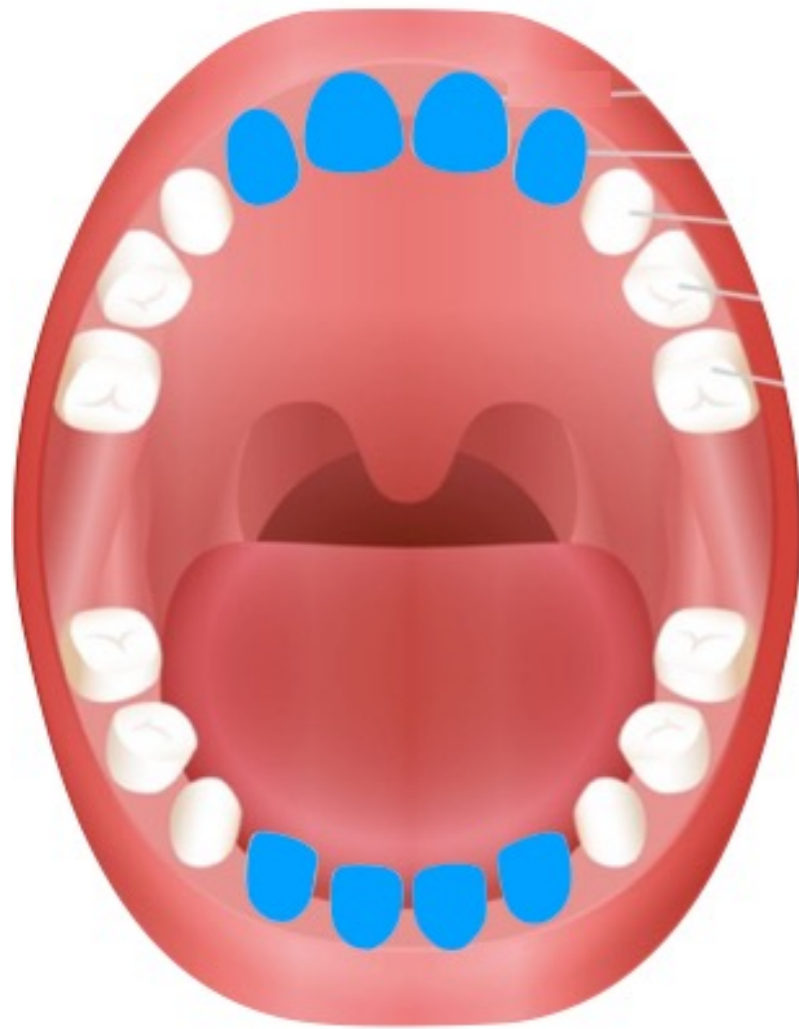
Mis

Dientes

¿Para qué sirve la boca?



Nuestros dientes *y para qué sirven*



Los incisivos
Son 8 y sirven
para cortar



Los caninos
Son 4 y sirven
para desgarrar



Los molares
Son 8 y sirven
para moler

Las partes del diente



La corona es la parte que vemos del diente.

La raíz es la parte que no vemos y que sujeta el diente al hueso.



Los dientes de leche y los definitivos

1

Los dientes de leche empiezan a salir cuando somos un bebé

DIENTES DE LECHE

Los 20 dientes de leche están formados al nacer y empiezan a salir cuando cumplimos 6 meses. A los 3 años y medio ya están todos en la boca.

Cuida tus dientes de leche



Los dientes de leche y los definitivos

2

LA CAIDA DE LOS DIENTES DE LECHE

Los dientes de leche empiezan a caerse a los 5 o 6 años y empiezan a salir los dientes definitivos.

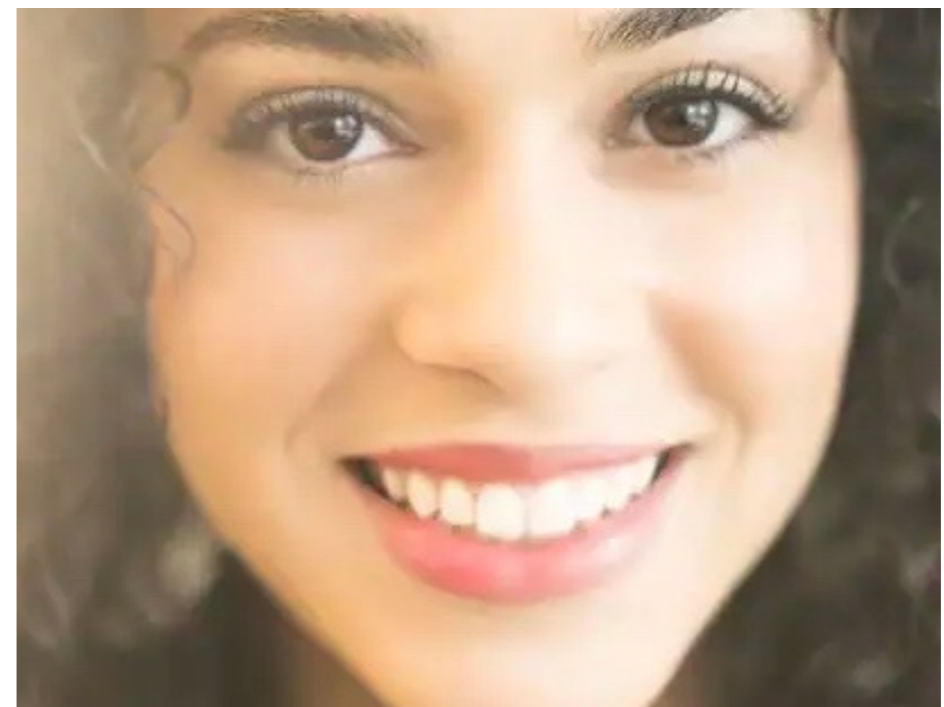


Cepíllate los
dientes dos
veces al día

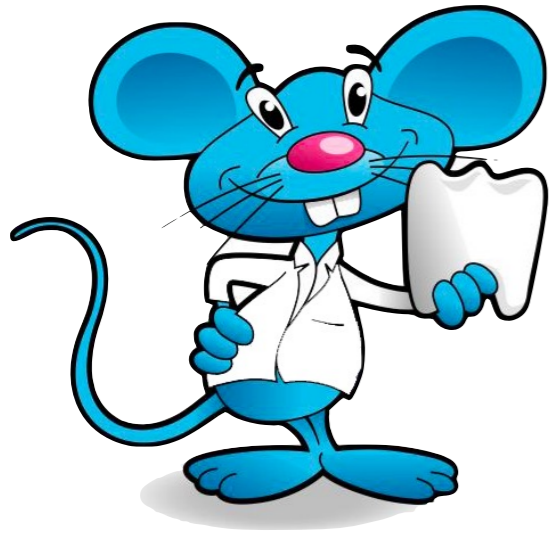
DIENTES DEFINITIVOS

Entre los 6 y los 12 años van saliendo los dientes definitivos. Los últimos en salir son las muelas de juicio cuando tenemos entre 18 y 21 años de edad.

3



Las costumbres cuando se cae un diente de leche



En España es un ratoncito el que se lleva el diente de leche colocado debajo de la almohada a cambio de una moneda o de un regalo



En Inglaterra y en Estados Unidos, es el **Hada de los dientes** la que se encarga de dejar un regalo.



En Oriente Medio la tradición es lanzar el diente hacia arriba, en **dirección al Sol y Allah** y pedir un deseo

La caries contada a los niños y niñas

En la boca hay muchas bacterias que se alimentan de los dulces.

Las bacterias producen una sustancia llamada ácido, que daña a nuestros dientes.

Si no las eliminamos dos veces al día con nuestro cepillo, estas bacterias terminan por producir una caries.



Estar limpio es estar sano

Me lavo las manos para evitar muchas enfermedades y eliminar las bacterias



Nos duchamos todos los días para estar limpios y oler bien



Nos cepillamos los dientes por la mañana y por la noche para tenerlos siempre sanos

Pienso en mi salud



Comer sano es muy importante. Las frutas, las verduras, la leche, los quesos, el yogur, te aportarán vitaminas y calcio.



Si te duchas, te peinas y vas limpio, ¿cómo no vas a lavarte los dientes? No olvides cepillarte dos veces al día, durante 2 minutos cada vez, con pasta que tenga flúor.

Los 5 secretos

1.

Empieza pronto



Empieza a cepillarte los dientes desde niño. Al principio deja que te ayuden.

2.

2 cepillados al día



Lávate los dientes con pasta fluorada por la mañana y por la noche

3.

2 minutos cada vez



No tengas prisas. Hay que estar 2 minutos lavándose.

4.

Come sano



Come alimentos sanos y nutritivos y evita los dulces para prevenir la caries



5.

Visita a tu dentista



Ve al dentista todos los años para que te revise la boca con su espejo.

Come sano



zanahoria



leche



manzana



queso



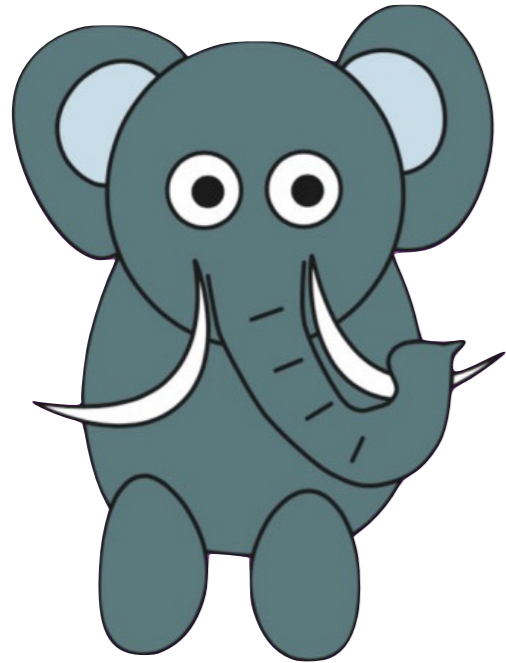
almendras

ALIMENTOS BUENOS PARA LOS DIENTES

***El cepillado es una
diversión sana***



¿Lo sabías?



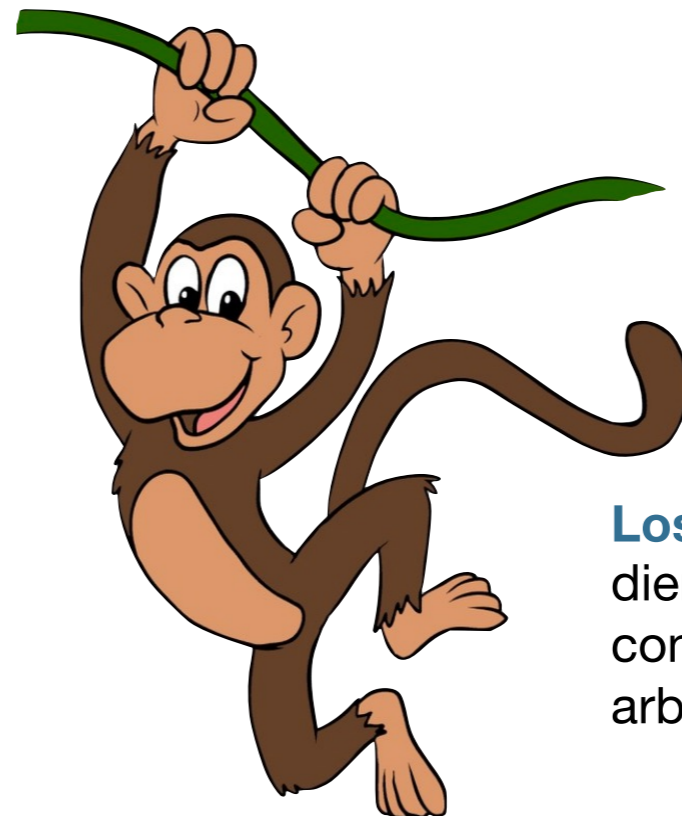
Un colmillo de elefante puede llegar a medir dos metros.



Al cocodrilo le crecen nuevos dientes durante toda la vida para reemplazar a los viejos.



A los ratones les crecen los dientes durante toda la vida. Por eso tienen que limarlos siempre



Los monos cuidan sus dientes limpiándoselos con ramitas de los arboles

Y recuerda

No abuses de los dulces y las chuches porque producen caries.



Cepíllate los dientes dos veces al día con pasta de flúor, durante 2 minutos cada vez.



Ve al dentista todos los años para revisar tu boca.

