

educación primaria

fichas para el alumno

educación para la salud

Ayuntamiento de Sevilla
Área de Salud Pública y Estadística

Higiene y salud buco-dental



Edita:
Ayuntamiento de Sevilla
Área de Salud Pública y Estadística

Dirección y coordinación:
Sección de Medicina Preventiva
C/ Diego de Riaño, 2 - 4ª Plta.
41004 Sevilla
Tlf. 95 453 64 13 / 46 / 54

Diseña y maqueta:
gráfico diseño y comunicación s.c.
Imprime:
tecnographic s.l.

DEP.LEGAL: SE/2444/2001



¡Hola chicos y chicas!
Os presentamos este nuevo cuaderno, con el que queremos contribuir a que continuéis vuestro proceso de aprendizaje y consolidación de buenos hábitos de higiene, ayudando así a mantener y mejorar vuestra salud.

Trabajadlo atentamente y...
vuestro cuerpo os lo agradecerá.
Comprobad los resultados.
¡Feliz curso!

Este libro pertenece a

.....
de.....años, del Colegio.....
.....

de Sevilla

Higiene y Salud buco-dental



Lee y comenta

Decálogo

1 uno Cepíllate después de cada comida

2 dos Hazlo por todas partes de los dientes durante 2 minutos

3 tres Cambia de cepillo cada 3 meses

4 cuatro Toma mucha leche y come mucha fruta

5 cinco No tomes muchos dulces...

6 seis ...pero si lo haces, cepíllate después

7 siete No utilices el cepillo de otro

8 ocho Utiliza pasta con flúor

9 nueve Visita al dentista cada 6 meses

10 diez Si estos consejos sigues, conservarás sanos tus dientes toda la vida



ficha 1. uno

Observa y...

1. Observa estas viñetas. Corresponden a prácticas saludables y a prácticas no saludables.
2. Recortar y pegar relacionando cada viñeta con prácticas saludables y prácticas no saludables.
3. Escribir una frase de cada viñeta.

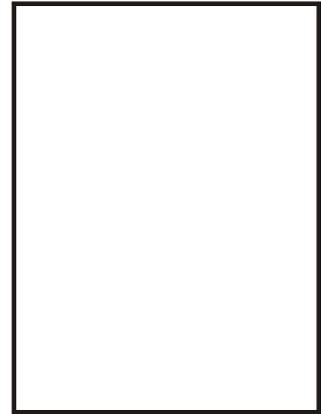
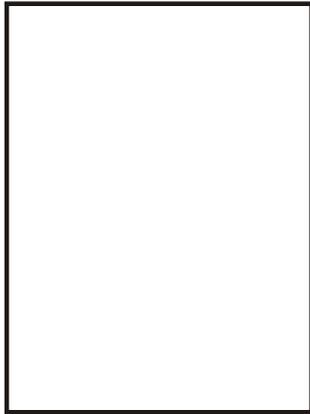


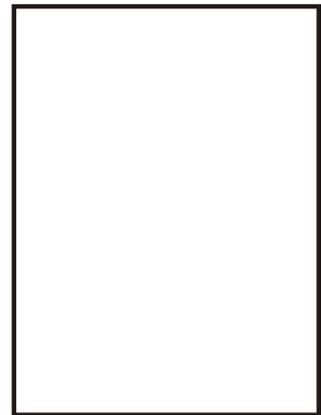
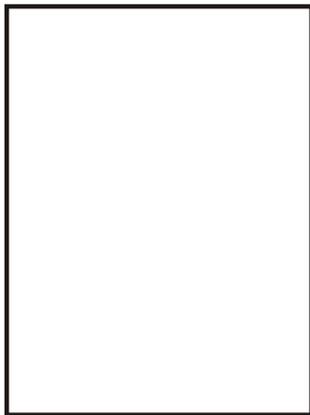
ficha 1B. uno

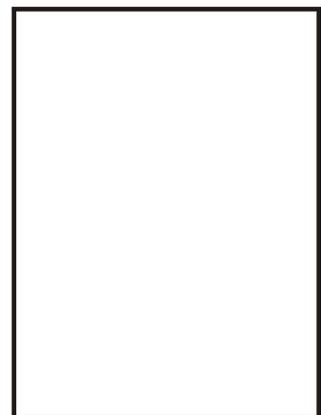
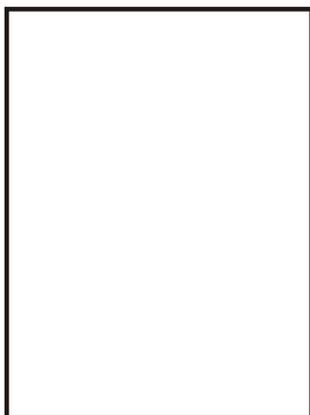
...pega

prácticas saludables

prácticas no saludables







ficha 2. dos

Observa y...

Une con flechas cada concepto con su dibujo correspondiente.

Encima de los dientes

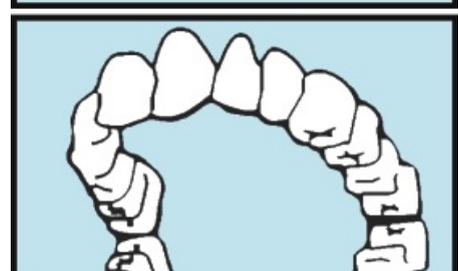
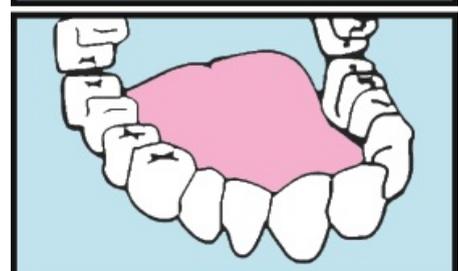
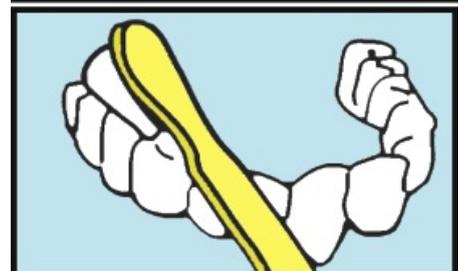
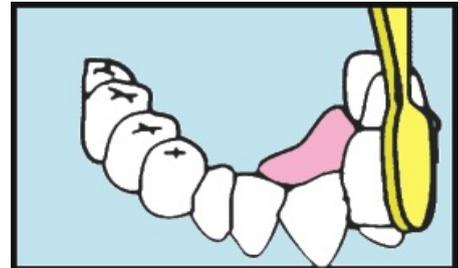
Dentro de los dientes

Encima de la lengua

Fuera de los dientes

Dientes superiores

Dientes inferiores



ficha 3. tres

Observa y...

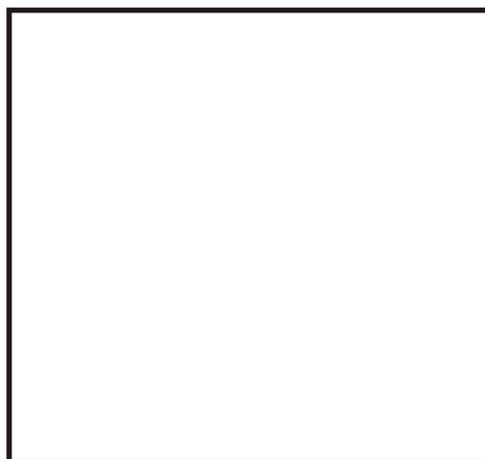
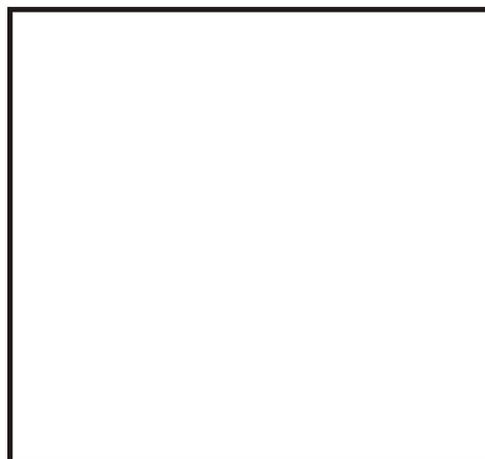
- 1.- Observa las viñetas.
- 2.- Recorta, ordena y pega las viñetas.
- 3.- Inventar una historia con ellas.



ficha 3B. tres

...Pega

VIÑETAS ORDENADAS



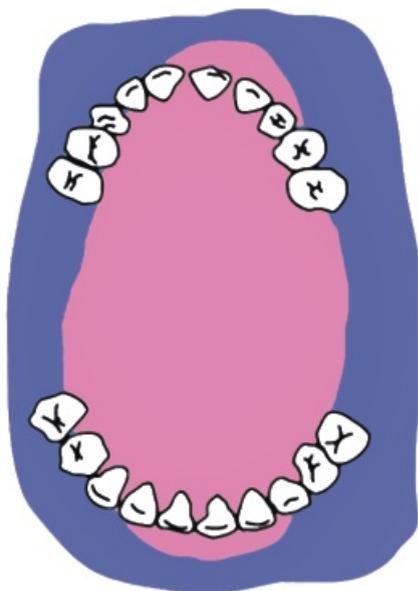
mi historia

ficha 4. cuatro

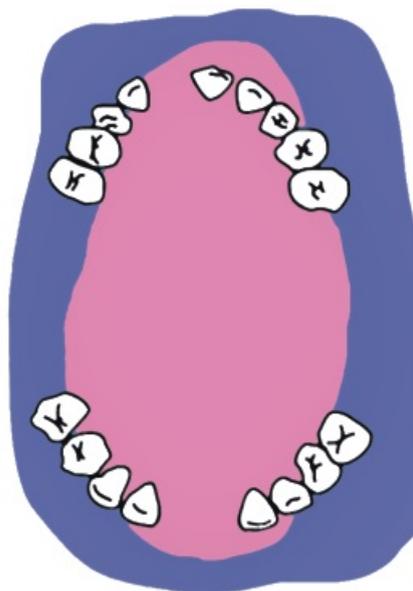
Observa y...

Colorea los dientes de leche y los definitivos con lápices distintos

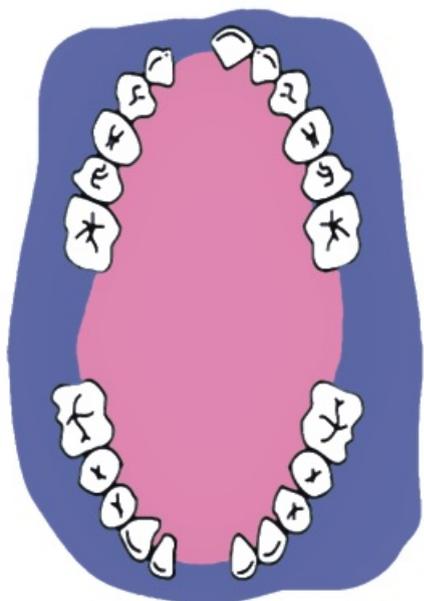
DIENTES DE LECHE: AZUL
DIENTES DEFINITIVOS: NARANJA



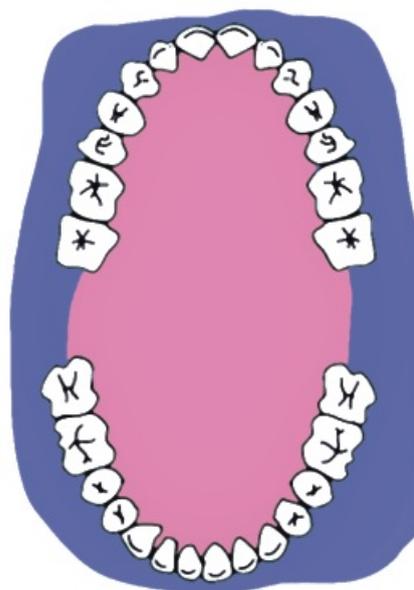
Dientes de leche
(Dentición temporal)



Dientes de leche
(Dentición temporal parcialmente desdentada)



Dientes de leche y definitivos
(Dentición mixta
parcialmente desdentada)



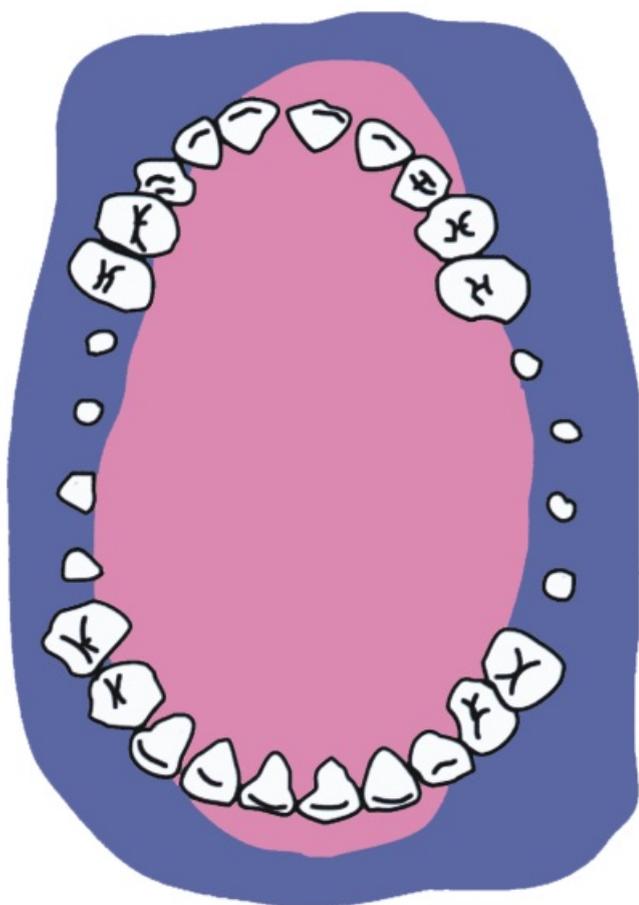
Dientes definitivos
(Dentición permanente)

ficha 5. cinco

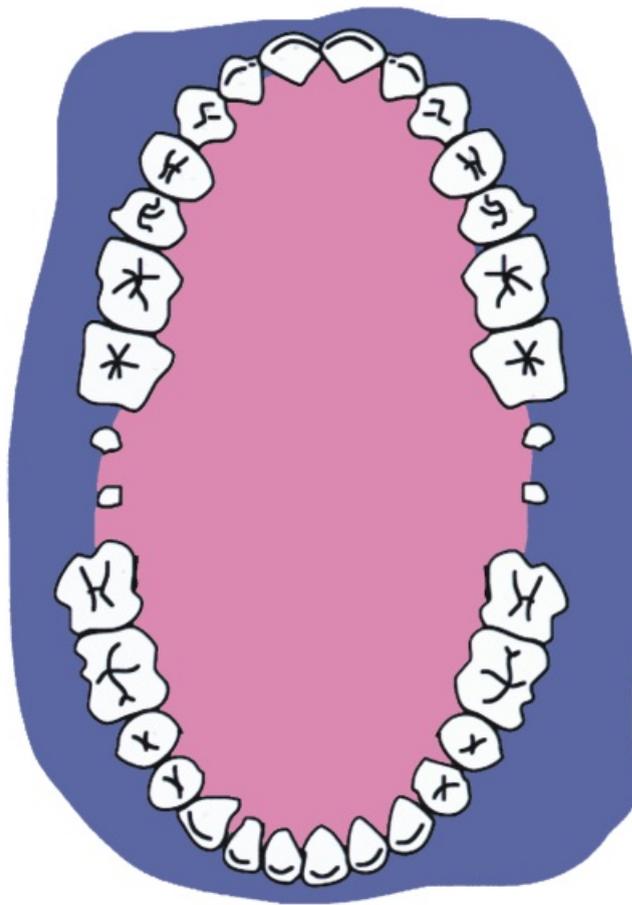
Observa tu boca y responde

1. ¿Cuántos dientes de leche se te han caído ya?
2. ¿Cuántos dientes definitivos te han salido?
3. ¿Cuáles? Señálalos en el Odontograma.
4. ¿Tienes alguna caries? Señálala/s en el odontograma.

Odontograma de leche



Mi odontograma



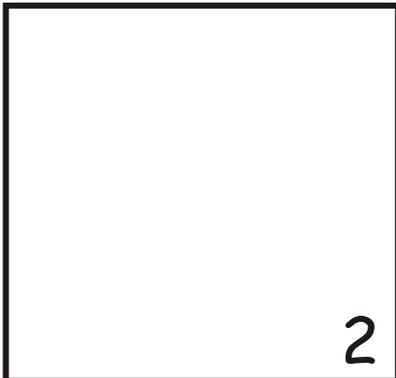
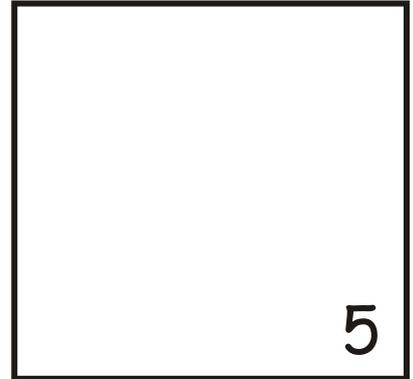
ficha 6. seis

Escucha y contemos un cuento



Érase una vez un pelo muy feliz que vivía en una cabeza, se llamaba Pelín. Pelín jugaba con sus amigos moviéndose con el viento y bañándose todos los días. Dos veces por semana le visitaban unas burbujas que le hacían reír y divertirse.

Un día Pelín vió como se acercaban otros pelos extraños y los saludó junto con sus amigos. ¡Que contento estaba de conocer nuevos amigos!

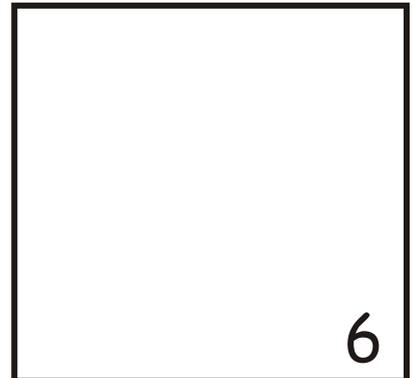


Cuando más distraído estaba, un bicho muy feo se acercó por detrás y se abrazó a Pelín, se llamaba Piojín; Pelín le dijo:

- ¿Pero qué haces?

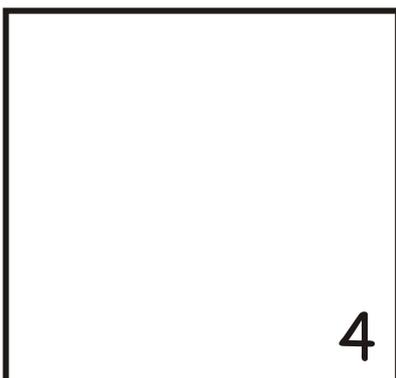
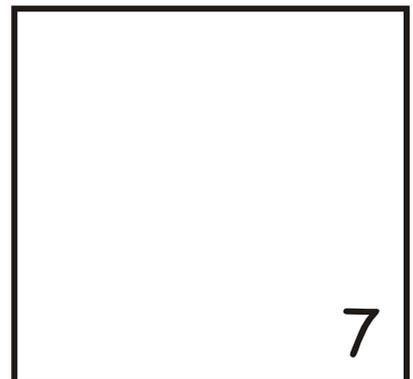
Piojín le contestó:

- Lo siento amigo, pero no tengo más remedio que agarrarme a ti.



Pelín, bastante enfadado, trató de soltarse, pero por más que se sacudía y se bañaba con sus amigas las burbujas, no había manera de que aquel bicho le soltara.

De vez en cuando, unas cosas largas intentaban coger a Piojín, pero nada. Pelín estaba cada vez más triste, ya no podía moverse y todo el suelo a su alrededor estaba rojo. Sus amigos trataban de ayudarle, pero por más que lo movían aquel bicho no lo soltaba.

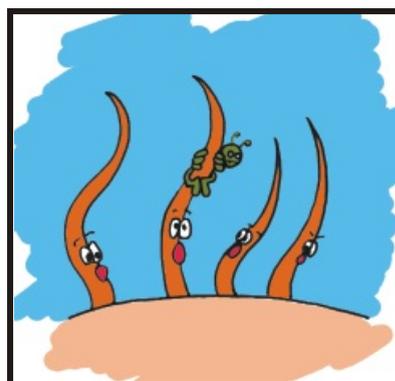
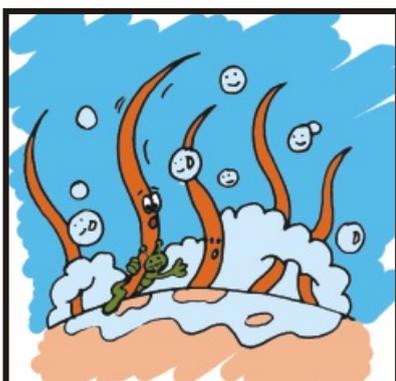
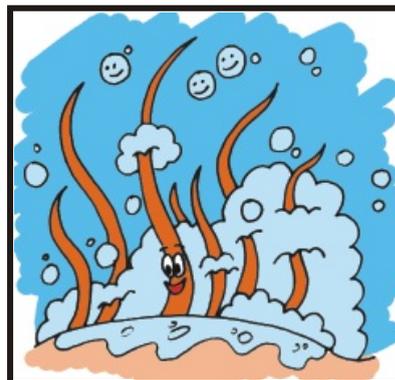
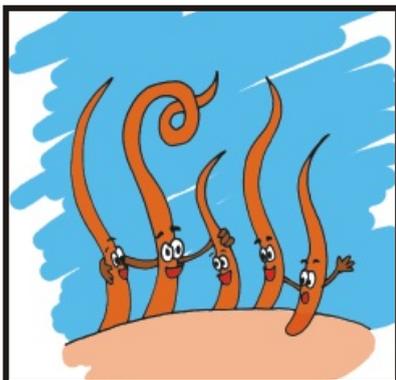
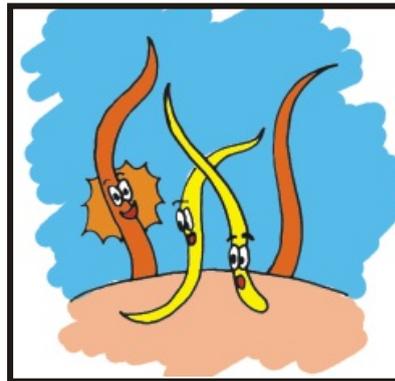
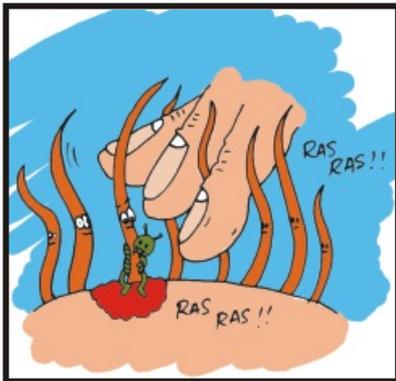
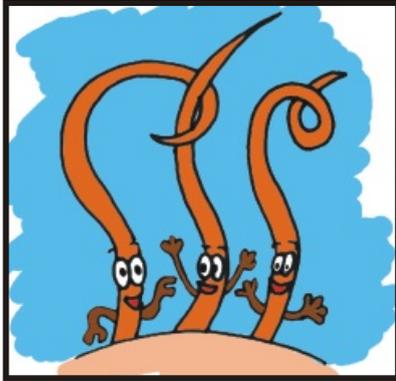


Por fín, después de muchos intentos, en uno de los baños llegó un líquido que olía muy bien, y tocando a Pelín y sus amigos consiguió que Piojín le soltara. Pelín volvió a sonreír y a jugar con sus amigos. Desde aquel día se vuelven a bañar de vez en cuando con ese líquido que huele tan bien y ya jamás se ha vuelto a ver a otro bicho tan feo como Piojín.



ficha 6B. seis

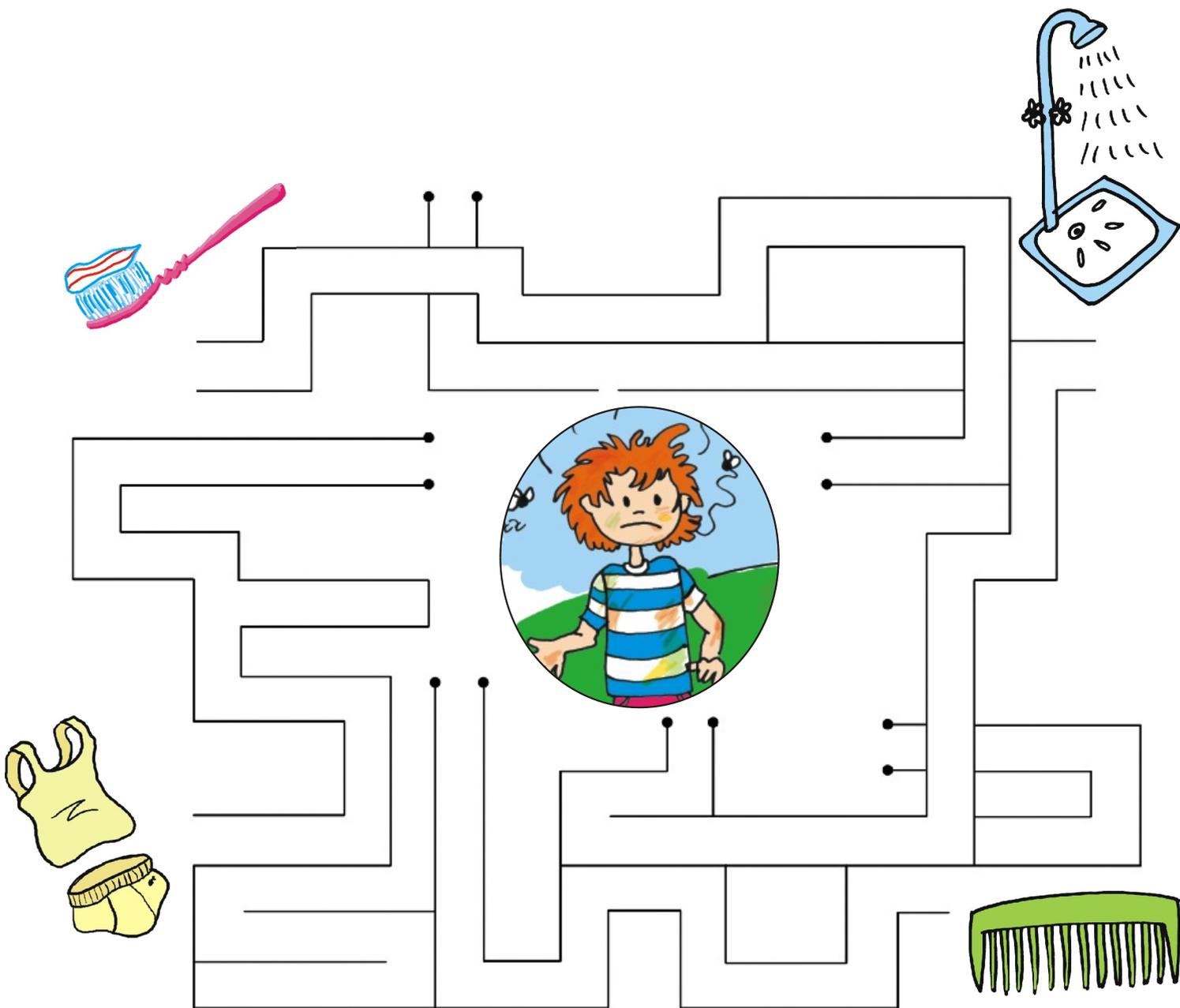
Recorta las viñetas y pégalas en su recuadro correspondiente del cuento de la página anterior.



ficha 7. siete

Observa y...

Encuentra los caminos para ayudar al niño a encontrar los utensilios para asearse.



ficha 8. ocho

Observa el dibujo



...y escribe

1. Escribe todas las partes del cuerpo que debemos lavarnos cuando nos duchamos.
2. Nombrar que cosas les harían falta al niño y a la niña para asearse.
3. Dibújalas en su lugar correspondiente del dibujo.

Partes del cuerpo

- Cabeza
- P_l_
- Ca_a
- Cuello
- axila
- Brazos
- Es_ _ _da
- B_rr_g_
- P_ne
- V_lv_

- Cu_ _to
- Piernas
- P_ _s
- De_os
- Uñas
- Ro_ill_as
- C_d_s
-
-
-

Cosas que les hacen falta

- Jabón
- Es_ _ _ ja
- Champ_
- C_p_ll_ d_ d_nt_es
- Past_
- P_in_
- Ropa
- Zapatill_ _

ficha 9. nueve

Sopa de letras

Si te fijas bien encontrarás en esta sopa de letras, 6 palabras que corresponden a cosas que podemos hacer con nuestro cuerpo, las encontrarás de izquierda a derecha y de arriba abajo.

B	N	V	B	D	P	R
E	A	U	F	O	A	E
B	C	D	E	R	S	I
E	Z	C	O	M	E	R
R	R	A	M	I	A	O
J	U	G	A	R	R	L

Escríbelas a continuación

Hagamos un guiñol

Un muñeco y una muñeca juegan.
 Aparece otro con aspecto desaliñado.

Niño: Oh, ahí viene Juanito.

Niña: Pues a mi lado que no se ponga.

Juanito: ¡Hola! ¿Puedo jugar con vosotros?

Niña: No puedes. ¿No te has fijado lo sucio que estás?

Niño: Yo tampoco quiero jugar contigo.

Niña: No vamos a jugar contigo hasta que no te laves.
 ¡hueles muy mal!

Cantan: "Juanito el guarrito
 no puede jugar
 porque ningún día
 se quiere bañar"

Niño: Adiós Juanito, nos vamos a jugar a otro lado.
 Acuérdate de bañarte si es que quieres jugar con
 nosotros. (Juanito se ha quedado sólo. Dialoga
 con los niños y niñas de la clase).

Juanito: Niños, niñas, ¿ustedes también creen que
 estoy muy sucio? ¿Sí? ¿Y qué tengo que hacer para
 estar limpio?

¿Si me lavo los pies, ya estaré limpio?

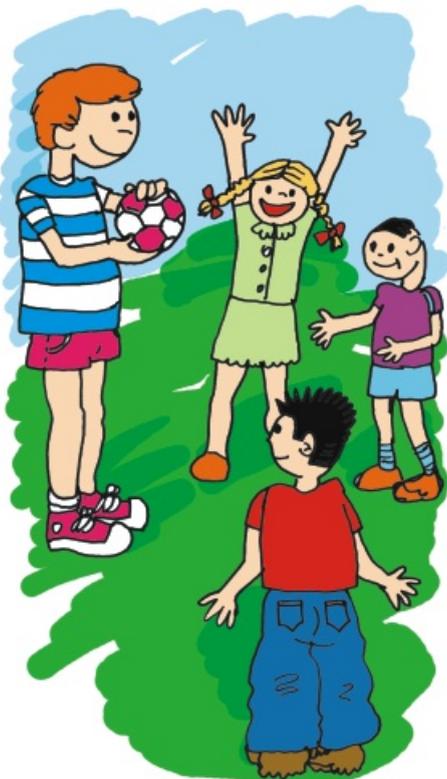
¿Tengo que lavarme también la cabeza?

¿Y qué más?

Gracias niñas y niños.

Ya sé todo lo que tengo que lavarme.

A ver...



necesitaré champú, toalla, cepillo de
 dientes ...¿Algo más niños y niñas?

Uy, voy a bañarme. Ojalá el agua no esté fría...
 Creo que la ducha está por aquí... Adiós.

Aparecen el muñeco y la muñeca del principio.
 Juegan. Sale Juanito con aspecto muy cambiado.

Niño y Niña: ¡Juanito!

Juanito: ¡Hola! Oye, qué bueno es estar limpio.
 Huelo de maravilla,
 mejor que las flores, y me siento muy contento.

Niña: ¿Quién te ha bañado y te ha puesto tan
 guapo?

Juanito: Yo sólo, bueno, me ayudaron
 los niños y niñas de la clase. Me dijeron cómo tenía
 que lavarme la cabeza, la boca... todo, y además,
 me dijeron lo que necesitaba. Saben muchas
 cosas...

Niño: Estábamos jugando al corro, ¿quieres jugar?

Juanito: Sí, y además quiero enseñarles
 una canción nueva.

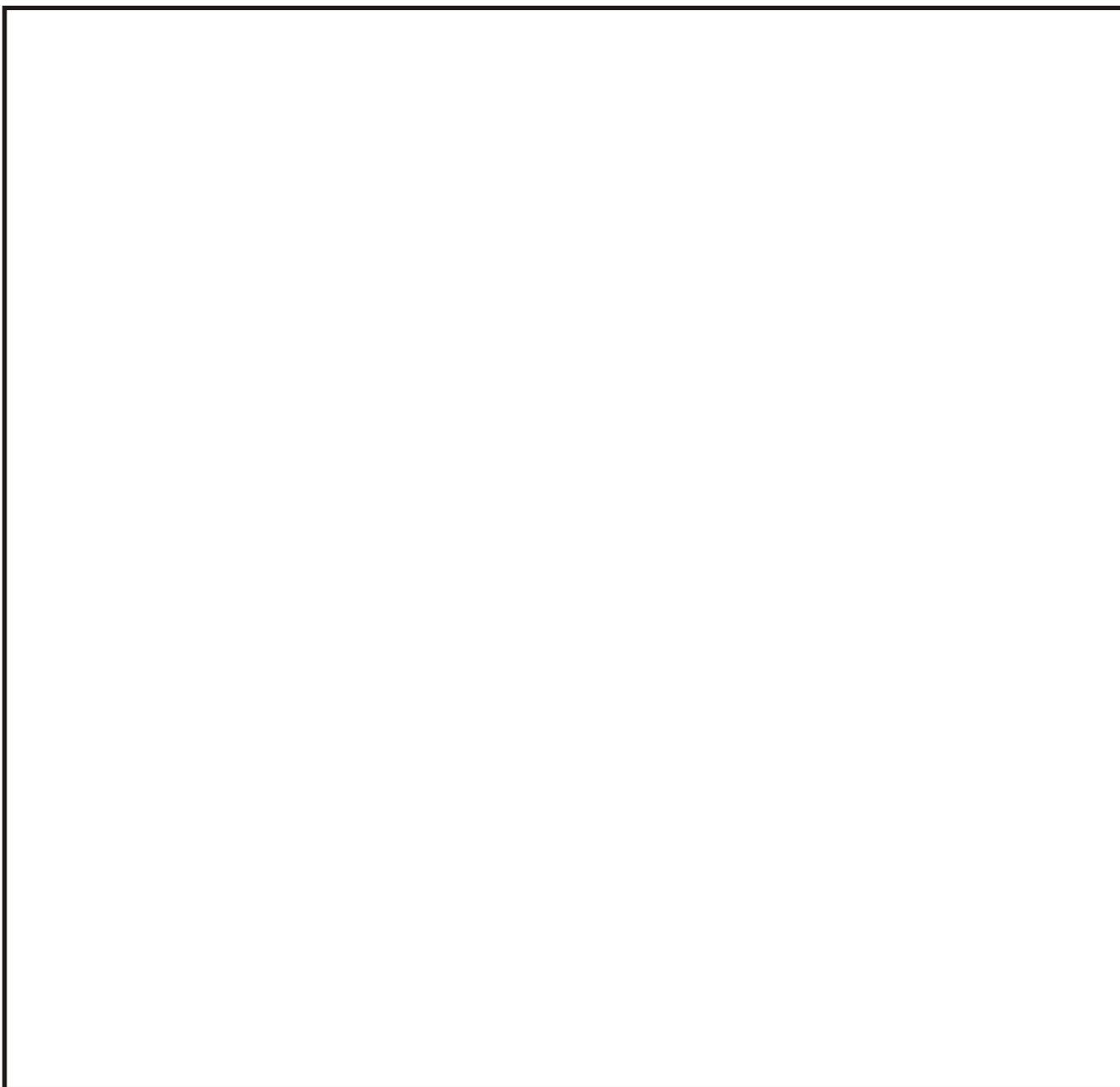
Cantan: "Juanito el limpio
 ya puede jugar
 porque se ha bañado
 y no huele mal".

FIN

ficha 10. diez

Inventa alguna frase relacionada con tu higiene.

Haz un dibujo relacionado con tu higiene general



Hacer una exposición con los dibujos



