

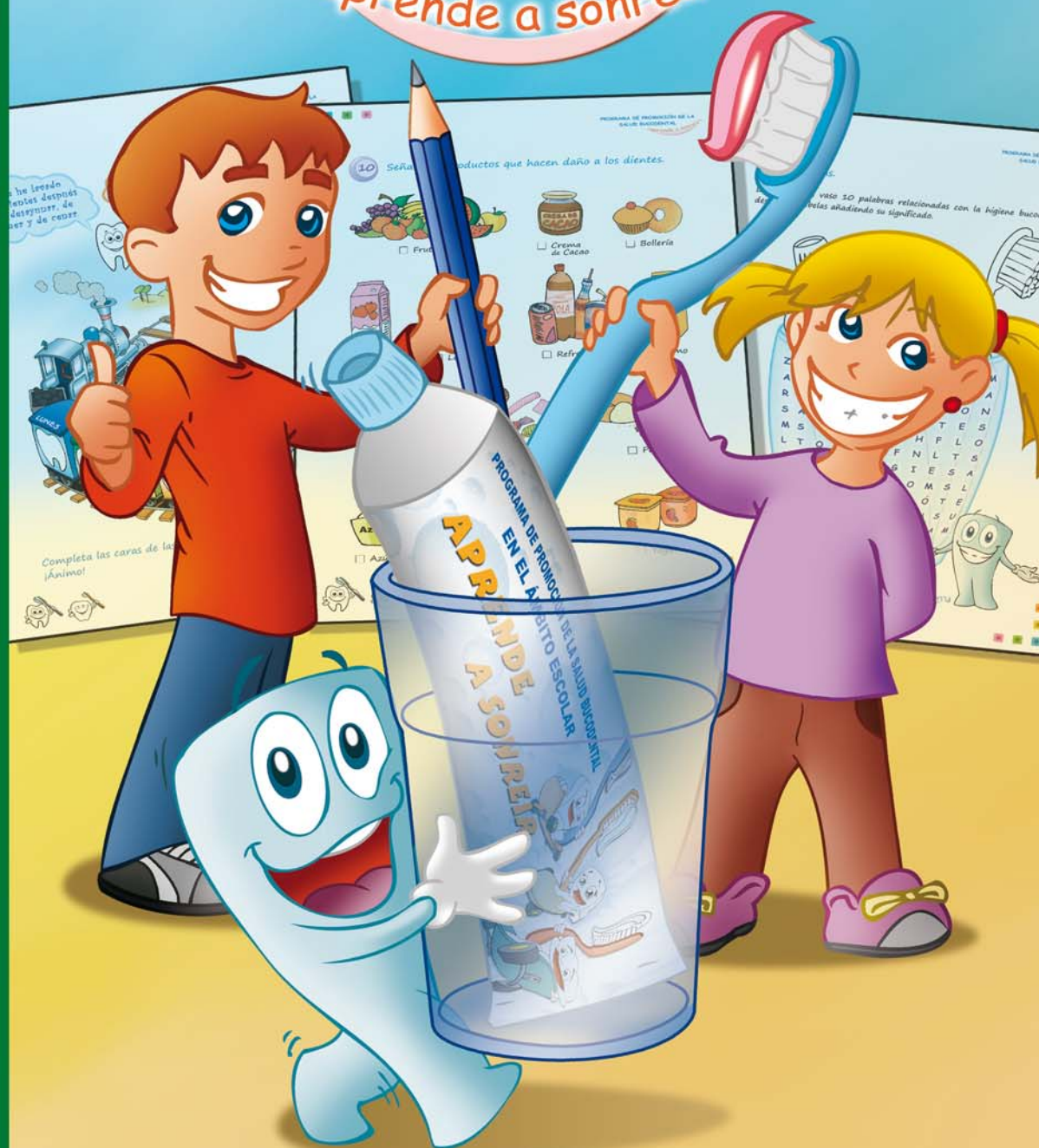
CONSEJERÍA DE IGUALDAD, SALUD Y POLÍTICAS SOCIALES  
CONSEJERÍA DE EDUCACIÓN, CULTURA Y DEPORTE

PROGRAMA DE PROMOCIÓN DE LA  
SALUD BUCODENTAL

+

PROPUESTA  
DIDÁCTICA

¡aprende a sonreír!





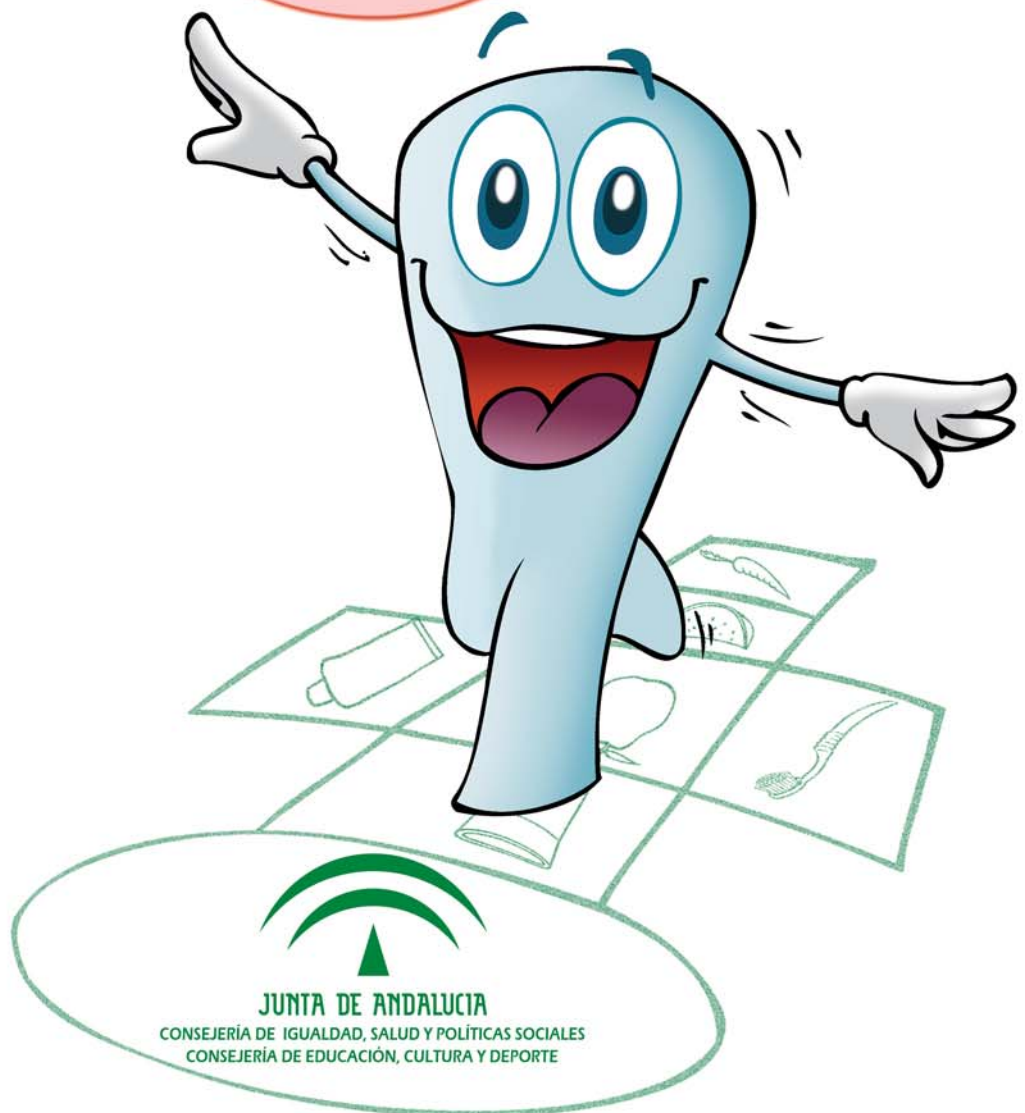
PROGRAMA DE PROMOCIÓN DE LA  
SALUD BUCODENTAL

+

PROPUESTA

DIDÁCTICA

¡aprende a sonreír!



PROGRAMA de promoción de la salud bucodental + propuesta didáctica [Recurso electrónico] : aprende a sonreír / autoría, M<sup>a</sup> del Carmen Bravo Escudero ... [et al.]. – [Sevilla] : Consejería de Igualdad, Salud y Políticas Sociales, 2013

Texto electrónico (pdf), 189 p.

Con la colaboración de la Consejería de Educación, Cultura y Deporte

1. Educación en salud dental 2. Higiene bucal  
3. Alimentos saludables 4. Salud escolar 5. Materiales de enseñanza I. Bravo Escudero, M<sup>a</sup> del Carmen  
II. Andalucía. Consejería de Igualdad, Salud y Políticas Sociales III. Andalucía. Consejería de Educación, Cultura y Deporte  
WU 113.6

## AUTORÍA

### **M<sup>a</sup> del Carmen Bravo Escudero**

*Médica Dentista. Servicio Andaluz de Salud*

### **M<sup>a</sup> de los Ángeles Bernabé Moyano**

*Pediatra. Servicio Andaluz de Salud. Asociación de Pediatras de Atención Primaria*

### **Juan Gálvez García**

*Médico. Coordinador del E.O.E. de Córdoba "Fuensanta Cañero"*

### **Francisco Jiménez Escalante**

*Técnico. Consejería de Educación, Cultura y Deporte*

### **M<sup>a</sup> Gema Márquez Gálvez**

*Maestra de Educación Infantil en CEIP "Manuel Giménez Fernández"*

## COLABORACIONES

### **Julio Gil Ballester**

*Maestro de Educación Física de CEIP*

### **Begoña Gil Barcenilla**

*Pediatra. Directora del Plan Integral de Obesidad Infantil*

### **Guadalupe Longo Abril**

*Enfermera. Plan Integral Obesidad Infantil. Consejería de Igualdad, Salud y Políticas Sociales*

### **Natalia Gutiérrez Luna**

*Técnica. Consejería de Educación, Cultura y Deporte*

### **Ana Belén Martínez Amorós**

*Técnica. Consejería de Educación, Cultura y Deporte*

## COORDINACIÓN

### **Sara Ortiz Molina**

*Psicóloga. Consejería de Igualdad, Salud y Políticas Sociales*

### **Matilde Rita Calero Fernández**

*Médico. Consejería de Igualdad, Salud y Políticas Sociales*

## TEXTO REVISADO POR

**Asociación de Pediatras de Atención Primaria de Andalucía**

## PROPUESTA DIDÁCTICA

### **Programa de Promoción de la Salud Bucodental "APRENDE A SONREÍR"**

Esta publicación es una actualización de los contenidos de la "Propuesta Didáctica. Promoción de la Salud Bucodental en el Ámbito Escolar. Programa Aprende a Sonreír" (2003).

**Edita: JUNTA DE ANDALUCÍA** • Consejería de Igualdad, Salud y Políticas Sociales, 2013

**Diseño y Maquetación:** [www.pixeltoon.es](http://www.pixeltoon.es)

**Ilustraciones:** Miguel Gutiérrez, Francisco Tubio, Mario Sánchez

**Edición Electrónica:** [www.pixeltoon.es](http://www.pixeltoon.es)



Esta obra está bajo una licencia Creative Commons [CC BY-NC-ND 3.0 ES]  
Reconocimiento-NoComercial-Sin obras Derivadas 3.0 España.

## Agradecimientos.

El grupo de profesionales que ha elaborado este material didáctico, quiere agradecer a los autores y a las autoras de la edición anterior, su aportación al programa "Aprende a Sonreír" con una Propuesta que ha servido durante varios años para que la población escolar realizara actividades de salud bucodental.

Asimismo, por su implicación y trabajo, quieren hacer llegar su agradecimiento muy especial a las y los profesionales de los Centros de Salud y los Centros Educativos por su apoyo y participación en actividades de promoción de la salud con la población infantil, contribuyendo con ello a la mejora de la salud bucodental de las niñas y los niños andaluces.

Y por último, al Servicio de Planes y Programas Educativos de la Consejería de Educación, Cultura y Deporte por su colaboración y compromiso en esta actualización.





# Índice.

<b>1. INTRODUCCIÓN .....</b>	<b>07</b>
<b>2. MARCO CONCEPTUAL .....</b>	<b>09</b>
<b>3. EL PROGRAMA "APRENDE A SONREÍR" EN EL PROYECTO EDUCATIVO DE CENTRO, UNA PROPUESTA INTEGRAL .....</b>	<b>11</b>
<b>4. REFERENCIAS NORMATIVAS .....</b>	<b>13</b>
<b>5. DESARROLLO CURRICULAR .....</b>	<b>15</b>
5.1 DESARROLLO POR COMPETENCIAS .....	17
5.2 OBJETIVOS .....	21
5.3 CONTENIDOS .....	23
5.4 METODOLOGÍA .....	25
5.5 EVALUACIÓN Y CRITERIOS DE EVALUACIÓN .....	27
<b>6. BIBLIOGRAFÍA .....</b>	<b>31</b>
<b>7. PROPUESTA DE ACTIVIDADES EN EL AULA .....</b>	<b>33</b>
• ¡Hola familias! .....	37
• Seguimiento en Familia .....	45
• ¿Qué sé, qué sabemos?.....	51
• ¡A desayunar bien! .....	75
• ¡Nutritivo y delicioso! .....	91
• Cepillándome los dientes, tendré una bonita sonrisa .....	113
• El dentista, la dentista amigos de nuestros dientes .....	131
• Actividades complementarias .....	143
• Rincón del arte .....	145
• Se abre el telón y actúo .....	155
• Se abre el telón y recito o canto.....	163
• ¡Medios de comunicación .....	169
• ¡A jugar ! .....	175







# Introducción.

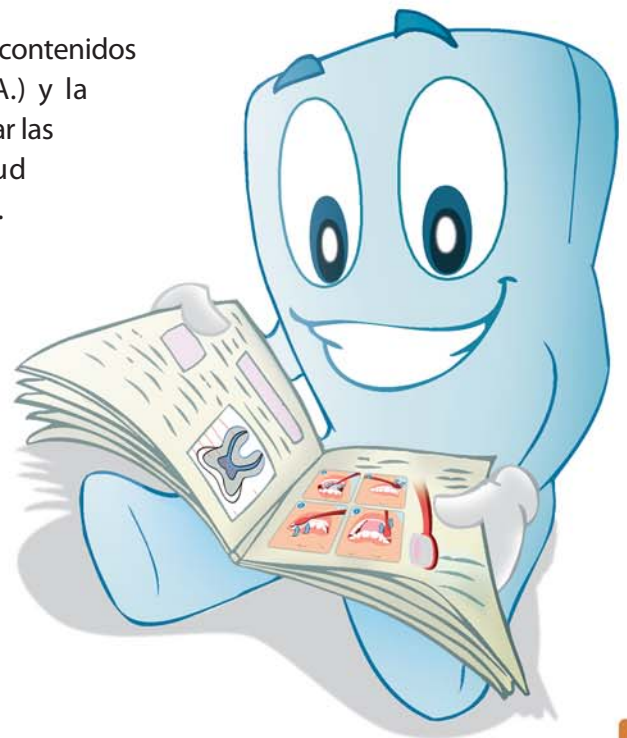
Esta guía que ahora presentamos, ofrece a las y los profesionales de los Centros Educativos de Educación Infantil y Educación Primaria de Andalucía que se inscriben en el Programa "Aprende a Sonreír", una amplia propuesta abierta de "actividades tipo", para que cada centro adapte, modifique, amplíe... o bien diseñe otras nuevas, favoreciendo la propia iniciativa y creatividad de los equipos educativos pero enmarcadas dentro del concepto de promoción de la salud.

Se centra principalmente en actividades de salud bucodental, tanto de higiene de la boca y dientes como de la alimentación saludable y no cariogénica, además de otras relacionadas con hábitos saludables que pueden ser desarrolladas en el aula con el alumnado, con los padres y las madres u otros familiares o bien en el centro y en colaboración con otras instituciones. La finalidad de estas acciones es posibilitar la implicación del profesorado, alumnado y su entorno en actividades encaminadas a la salud y mejora de calidad de vida de las y los menores en su etapa infantil y en la edad adulta.

El punto de partida para la elaboración de esta propuesta didáctica ha sido la edición anterior, de muy buena acogida y cuyos contenidos han servido durante varios años para orientar las actividades del Programa.

El objeto de esta nueva propuesta es adaptar los contenidos a las actuales leyes educativas: (L.O.E., L.E.A.) y la enseñanza por competencias, así como incorporar las últimas investigaciones en materia de salud bucodental (higiene y alimentación saludable).

Se pretende la modernización de las imágenes, permitiendo con la actualización de las mismas la transmisión visual de hábitos saludables que representen entornos más cercanos para que el alumnado se pueda identificar tanto con los personajes como con las situaciones del momento, todo ello sin olvidar integrar elementos que responden a evolución de las nuevas tecnologías.





La Promoción de la Salud tiene como objetivo la adquisición de conocimientos y el desarrollo de hábitos que fomenten estilos de vida saludables que favorezcan el bienestar y el desarrollo personal, familiar y de la comunidad. Con la entrada en vigor de las nuevas leyes de Educación: L.O.E., L.E.A. y la puesta en marcha de la enseñanza por competencias, la Educación para la Salud tiene un espacio propio en el currículo de enseñanza.

Las competencias a desarrollar, los objetivos, los contenidos, las tareas, los métodos didácticos y los criterios de evaluación que se incluyen en esta Propuesta Didáctica, se deben adaptar al entorno de cada centro, de cada aula y a las características personales del alumnado y sus familias.

#### **EL PROGRAMA "APRENDE A SONREÍR" SE SUSTENTA EN:**

El ajuste a las necesidades específicas del alumnado de los centros educativos.

La implicación de las familias y el entorno.

La transmisión por parte del equipo educativo de actitudes saludables.

La organización y aprovechamiento de los recursos del centro educativo y materiales del programa.



## 2 Marco Conceptual.

El desarrollo de los Programas de Educación para la Salud en el marco educativo viene avalado por diversas instituciones internacionales, OMS, UNESCO, UNICEF, Consejo de Europa, Comisión Europea y la Organización para la Cooperación y el Desarrollo Económico. Todas ellas consideran que se trata del modo más efectivo de promover estilos de vida saludables y de facilitar que la Educación para la Salud esté al alcance de todos los grupos de población.

Las bases teóricas que, de acuerdo con la evidencia disponible, sustentan el desarrollo de proyectos efectivos en Promoción y Educación para la Salud desde el ámbito educativo son:

- Promoción de la Salud.
- Educación para la Salud.
- Creencias en Salud.
- Teoría del Aprendizaje Social o de la Influencia Social.

Partiendo de la consideración de este marco conceptual, planteamos una propuesta global e integradora que debe desarrollarse desde el Proyecto Educativo de Centro (PEC) y desplegarse en los siguientes ámbitos: aula, centro, familia y entorno.

La adopción de estos principios permite una educación integral, que comparte y se asienta en los cuatro pilares educativos que propone la UNESCO en el libro "La educación encierra un tesoro" (1996):

- Aprender a conocer.
- Aprender a hacer.
- Aprender a vivir
- Aprender a ser.





## 3 El Programa “Aprende a Sonreír” en el Proyecto Educativo de Centro, una Propuesta Integral.

Los programas de Educación para la Salud para ser más eficaces, deben incluirse en el Proyecto Educativo de Centro e implicar a toda la comunidad educativa abordando las siguientes dimensiones:

### **Dimensión curricular.**

Hace referencia a los elementos del currículo: objetivos, competencias básicas, contenidos, metodología y criterios de evaluación necesarios para promover una formación y unas habilidades en salud adecuadas a cada etapa educativa, en el marco de la Ley de Educación de Andalucía.

### **Dimensión del entorno interno del centro.**

Hace referencia al marco normativo interno del centro y a las actuaciones en el mismo, relacionadas con el ambiente del centro, las infraestructuras, los comedores escolares, aseos y lavabos, medidas de higiene, así como otros aspectos relacionales en el seno de la comunidad educativa, interviniendo e incidiendo todos los miembros de la comunidad educativa.

La incorporación del alumnado a esta dimensión requiere su implicación, no como sujetos pasivos, sino como personas activas, a quienes hay que escuchar y con quienes hay que contar.

### **Familias o Dimensión familiar.**

En todos los aspectos relacionados con la salud, las madres y los padres, o las personas que ejercen estas funciones, son agentes clave de la acción educativa, por tanto, se considera conveniente desarrollar actuaciones como:

- Intervenciones del propio centro educativo que se dirijan a las familias (a través de las escuelas de madres y padres, del AMPA, etc.), con la intención explícita de mejorar las habilidades familiares para la gestión y promoción de todo lo relacionado con el cuidado y mantenimiento de la salud.
- Intervenciones de las propias familias que contribuyen a la mejora del estado de salud de la población escolar.
- Elaboración del calendario mensual del desayuno de clase.
- Un taller de cocina periódico en el aula con participación de las familias.
- Hacer partícipe a los menores en la elaboración de la lista de la compra.
- Comprometerse a controlar el consumo de alimentos dulces y cepillado dental a diario.





**Entorno o Dimensión relacionada con la coordinación y el aprovechamiento de los recursos externos.**

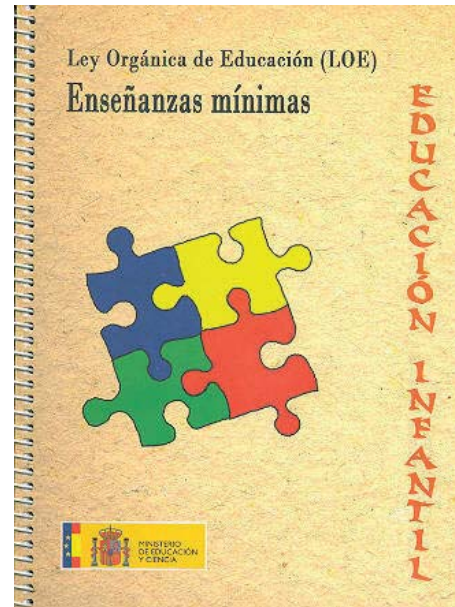
La evidencia disponible indica que, para optimizar la efectividad de los proyectos educativos de salud es importante considerar el apoyo y coordinación de los recursos comunitarios, como son las actuaciones destinadas a incrementar el conocimiento, el intercambio de información y la coordinación de actuaciones entre el centro y los recursos "socio-sanitarios" del entorno inmediato (centro de salud, servicios sociales, instalaciones municipales deportivas o de ocio y tiempo libre, asociaciones vecinales, asociaciones de comerciantes, etc.).



## 4 Referencias Normativas.

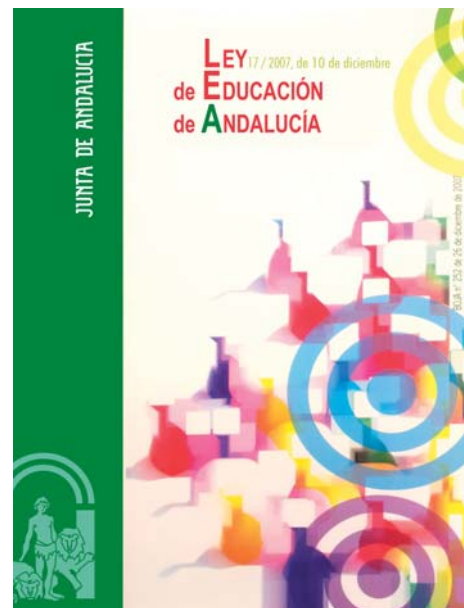
### Ámbito estatal.

- Ley Orgánica de Educación (L.O.E.).
- Real Decreto 1630/2006 por el que se establecen las enseñanzas mínimas del segundo ciclo de Educación Infantil.
- Real Decreto 1513/2006 por el que se establecen las enseñanzas mínimas de la Educación Primaria.



### Ámbito Andaluz.

- Ley de Educación de Andalucía (L.E.A.).
- Ley 16/2011, de 23 de diciembre, de Salud Pública de Andalucía.
- Decreto 230/2007, por el que se establece la ordenación y las enseñanzas correspondientes a la Educación Primaria en Andalucía.
- Orden de 10 de agosto de 2007, por la que se desarrolla el currículo correspondiente a la Educación Primaria en Andalucía.
- Decreto 428/2008, de 29 de Julio, por el que se establece la ordenación y las enseñanzas correspondientes a la Educación Infantil en Andalucía.
- Orden del 5 de agosto de 2008, por la que se desarrolla el currículo correspondiente a la Educación Infantil en Andalucía.
- IV Plan Andaluz de Salud, 2013.







## 5 Desarrollo Curricular.

El punto de partida para el diseño de las propuestas curriculares ha de centrarse en la detección de necesidades y dificultades de aprendizaje del alumnado, a través de la evaluación inicial, del análisis de los resultados de las Pruebas de Evaluación Diagnóstico y ESCALA.

A partir de esta evaluación, se deben adecuar los objetivos, los contenidos, los métodos didácticos, los criterios de evaluación... procurando desarrollar todas las competencias básicas.

Los elementos básicos de la propuesta curricular basándose en la L.O.E. son: los objetivos generales de etapa, las competencias básicas que se desarrollan, los objetivos específicos, los contenidos, los métodos pedagógicos y los criterios de evaluación.

**En el currículo de Educación Infantil los objetivos más relacionados con este Programa son:**

- Construir su propia identidad e ir formándose una imagen de sí mismos, tomando gradualmente conciencia de sus emociones y sentimientos a través del conocimiento y valoración de las características propias, de sus posibilidades y límites.
- Adquirir progresivamente autonomía en la realización de sus actividades habituales y en la práctica de hábitos básicos de salud y bienestar y promover su capacidad de iniciativa.
- Representar aspectos de la realidad vivida o imaginada de forma cada vez más personal y ajustada a los distintos contextos y situaciones, desarrollando competencias comunicativas en diferentes lenguajes y formas de expresión.

Las diferentes áreas del currículo integran de forma transversal el desarrollo de valores democráticos, cívicos y éticos, la diversidad cultural, la sostenibilidad, la cultura de paz, los hábitos de consumo y vida saludable y la utilización del tiempo de ocio.

**El currículo de Educación Infantil se organiza en áreas correspondientes a ámbitos de experiencia y desarrollo infantil:**

- Conocimiento de sí mismo y autonomía personal.
- Conocimiento del entorno.
- Lenguajes: comunicación y representación.





A pesar de trabajar de forma globalizada e interdisciplinar, es en el ámbito de Conocimiento de sí mismo y Autonomía personal en la que más se profundiza en la Educación para la Salud.

Como recoge el Decreto 230/2007, por el que se establece la ordenación y las enseñanzas correspondientes a la Educación Primaria en Andalucía, los objetivos generales más relacionados con la educación para la salud son:

- Valorar la higiene y la salud, aceptar el propio cuerpo y el de los otros, respetar las diferencias y utilizar la educación física y el deporte como medios para favorecer el desarrollo personal y social.
- Desarrollar hábitos de trabajo individual y de equipo, de esfuerzo y de responsabilidad en el estudio así como actitudes de confianza en sí mismo, sentido crítico, iniciativa personal, curiosidad, interés y creatividad en el aprendizaje.
- Iniciarse en el aprendizaje de las tecnologías de la información y de la comunicación, desarrollando un espíritu crítico ante los mensajes que reciben y elaboran.

De las diferentes áreas que se imparten en los tres ciclos de Educación Primaria, la que se relaciona más directamente con la Educación para la Salud es el Conocimiento del medio natural y social.

Los contenidos en Educación Primaria se agrupan en bloques que permiten una identificación de los principales ámbitos que componen el aula. En el bloque 3 se refleja, la salud y el desarrollo personal. Integra conocimientos, habilidades y destrezas para, desde el conocimiento del propio cuerpo, prevenir conductas de riesgo y tomar iniciativa para desarrollar y fortalecer comportamientos responsables y estilos de vida saludables.

La adquisición de hábitos de vida saludable debe constituir un elemento de trabajo indispensable en cualquier centro educativo de Educación Infantil y Educación Primaria. Así, ya desde la primera infancia se adquieren una serie de hábitos y actitudes personales, que van configurando el modo en que niños y niñas perciben el cuidado de su propio cuerpo y que influirán en su futuro bienestar físico, psicológico y social.

La Educación para la Salud y la Salud Bucodental, por tanto, deben tener una presencia importante en el día a día del aula.



## 5.1. Desarrollo de las Competencias.

### Relación entre el programa "Aprende a Sonreír" y las competencias en Educación Infantil.

#### EDUCACIÓN INFANTIL.

1. COMPETENCIA EN COMUNICACIÓN LINGÜÍSTICA.
2. COMPETENCIA DE RAZONAMIENTO MATEMÁTICO.
3. COMPETENCIA EN EL CONOCIMIENTO E INTERACCIÓN CON EL MEDIO FÍSICO.
4. COMPETENCIA SOCIAL Y CIUDADANA.
5. COMPETENCIA ARTÍSTICA Y CULTURAL.
6. COMPETENCIA PARA APRENDER A APRENDER.
7. COMPETENCIA EN EL TRATAMIENTO DE LA INFORMACIÓN Y COMPETENCIA DIGITAL.
8. COMPETENCIA AUTONOMÍA E INICIATIVA

#### Programa "APRENDE A SONREÍR".

- Comprender órdenes sencillas.
- Utilizar el lenguaje como instrumento para el desarrollo de habilidades sociales, establecer relaciones, expresar necesidades y sentimientos.
- Vivenciar los conceptos numéricos y espacio/temporales a través de las rutinas diarias, en el aula y en hogar.
- Explorar, observar y percibir los diferentes conceptos espacios/temporales primero con ayuda y posteriormente por sí mismo.
- Usar estrategias de pensamiento para resolver las situaciones problemáticas que se presenten.
- Observación y exploración del entorno próximo: casa, familia, escuela; y del entorno más alejado: calle, barrio, ciudad...
- Respetar las normas básicas en el aula y en el entorno escolar: saber esperar, tener autonomía, control de las conductas disruptivas...
- Adquirir habilidades sociales básicas de ayuda y empatía.
- Adquirir responsabilidades sociales con cierta autonomía y colaboración.
- Creatividad en las composiciones.
- Correcta expresión utilizando diferentes medios: dibujo, teatro, música, danza, mímica...
- Explorar y observar lo que está alrededor.
- Valorar la consecuencia que las acciones tienen en el medio.
- Expresión y comprensión de experiencias propias y ajenas.
- Acercamiento y posterior dominio de equipos informáticos.
- Utilización de programas informáticos sencillos como complemento para los aprendizajes cotidianos.
- Interpretación de imágenes.
- Asumir conductas saludables respecto al cuidado de sí mismo, de la alimentación, la higiene y la salud personal con autonomía.
- Crear conciencia sobre aquello que se considere problema e intervenir en la búsqueda de posibles soluciones.
- Conocerse a sí mismo, aceptarse y quererse.





## Contribución del programa "Aprende a Sonreír" al desarrollo de las competencias básicas en Educación Primaria.

### EDUCACIÓN PRIMARIA.

#### 1. COMPETENCIA EN COMUNICACIÓN LINGÜÍSTICA.

#### 2. COMPETENCIA DE RAZONAMIENTO MATEMÁTICO.

#### 3. COMPETENCIA EN EL CONOCIMIENTO E INTERACCIÓN CON EL MEDIO FÍSICO.

#### 4. COMPETENCIA SOCIAL Y CIUDADANA.

#### 5. COMPETENCIA ARTÍSTICA Y CULTURAL.

#### 6. COMPETENCIA EN EL TRATAMIENTO DE LA INFORMACIÓN Y COMPETENCIA DIGITAL.

### Programa "APRENDE A SONREÍR".

- Aproximar textos informativos, explicativos y argumentativos.
- Favorecer los intercambios comunicativos para desarrollar esa habilidad.
- Usar socialmente el lenguaje en diferentes contextos comunicativos.
- Utilizar vocabulario específico.
- Utilizar herramientas matemáticas en contextos significativos, tales como medidas, escalas, tablas, representaciones gráficas, etc.
- Promover la resolución de problemas: planificación, gestión de los recursos y valoración de los resultados.
- Familiarizarse con los métodos con los que se construye el conocimiento científico: definir problemas, estimar soluciones posibles, elaborar estrategias, diseñar investigaciones, analizar resultados y comunicarlos.
- Apropiarse de los conceptos que permitan interpretar el mundo físico.
- Contribuir a preservar un entorno físico agradable y saludable.
- Fomentar el trabajo en equipo en la interpretación y la creación y asumir responsabilidades con respecto al grupo.
- Reconocer sentimientos y emociones en relación con los demás.
- Utilizar habilidades y modos para el reconocimiento y uso de habilidades sociales.
- Conocer la organización y funciones de las instituciones de salud, así como los mecanismos de participación ciudadana.
- Desarrollar la cooperación, la asunción de responsabilidades, el seguimiento de normas e instrucciones, el cuidado y la conservación de materiales e instrumentos y la utilización del espacio de manera adecuada.
- Promover el desarrollo como personas dignas e íntegras, reforzando la autonomía, la autoestima y la identidad personal.
- Favorecer el espíritu crítico en la construcción de proyectos personales de vida.
- Representar las ideas de forma personal, utilizando como recurso un lenguaje artístico.
- Promover la iniciativa, la imaginación y la creatividad.
- Presentar y comprender la información procedente de diferentes códigos, formatos y lenguajes.
- Proporcionar conocimientos y destrezas para la búsqueda, selección y tratamiento de la información y comunicación.
- Comprender la información, su estructura y organización textual.



## Contribución del programa "Aprende a Sonreír" al desarrollo de las competencias básicas en Educación Primaria. (continuación)

### EDUCACIÓN PRIMARIA.

#### 7. COMPETENCIA PARA APRENDER A APRENDER.

#### Programa "APRENDE A SONREÍR".

- Promover la síntesis de las ideas propias y ajenas, la presentación razonada del propio criterio y la confrontación ordenada y crítica de conocimiento, información y opinión.
- Utilizar protocolos de indagación y planificación de procesos susceptibles de ser utilizados en otros aprendizajes.
- Reflexionar sobre lo aprendido, cómo se ha aprendido y expresarlo de manera oral y escrita.
- Analizar problemas, elaborar planes y emprender procesos de decisión.
- Desarrollar contenidos relacionados con la autonomía, la perseverancia y el esfuerzo para abordar situaciones de creciente complejidad.
- Fomentar la habilidad para comunicar con eficacia los resultados del propio trabajo.
- Desarrollar técnicas para aprender, organizar, memorizar y recuperar la información: resúmenes, esquemas o mapas mentales.
- Ejercer la observación para adquirir información suficiente y relevante.
- Impulsar el trabajo en equipo.

#### 8. COMPETENCIA EN AUTONOMÍA E INICIATIVA PERSONAL.

- Toma de decisiones desde el autoconocimiento, de forma autónoma y creativa.
- Favorecer la autonomía y el esfuerzo para abordar situaciones de creciente complejidad.
- Desarrollar actitudes basadas en la confianza en la propia capacidad para enfrentarse con éxito a situaciones inciertas.
- Emplear la exploración y la indagación para definir posibilidades, buscar soluciones y adquirir conocimientos.
- Aprender a planificar y fomentar el esfuerzo para alcanzar resultados originales, no estereotipados.
- Actuar con autonomía, poniendo en marcha iniciativas y barajando posibilidades y soluciones diversas.
- Fortalecer la autonomía para analizar, valorar y decidir.
- Desarrollar iniciativas de planificación, toma de decisiones, participación, organización y asunción de responsabilidades.





## 5.2. Objetivos.

### Objetivos del Programa.

- Promover la salud bucodental, la alimentación no cariogénica y la higiene bucal, entre los niños y niñas de 3 a 12 años en los Centros de Enseñanza de Educación Infantil y Educación Primaria.
- Proporcionar al grupo de profesionales de estos centros conocimientos, habilidades y recursos para el desarrollo de actividades de promoción de la salud bucodental y lograr su incorporación en el Proyecto Educativo de Centro.
- Facilitar la toma de conciencia de la influencia sobre la salud de las personas, la práctica diaria del cepillado dental y la alimentación no cariogénica.
- Implicar a toda la comunidad educativa en el desarrollo de actividades de promoción de la salud bucodental y de hábitos de vida saludable, en el centro y en el hogar.
- Propiciar la coordinación de los servicios de Salud y Educación de la provincia y del municipio, así como la colaboración entre los servicios "socio-sanitarios" del entorno y el centro educativo.

### Objetivos a alcanzar en Educación Infantil.

- Identificar la pasta y el cepillo dental como elementos para la higiene bucodental.
- Saber limpiar el cepillo y guardarlo en su estuche.
- Cepillarse los dientes, al menos una vez al día y sobre todo antes de acostarse.
- Desarrollar la autonomía en la higiene bucodental.
- Desdramatizar la figura de él o la dentista.
- Analizar la importancia de la higiene en las relaciones personales.
- Conocer y valorar algunas de las funciones del cuerpo, de la boca y de los dientes.
- Incrementar hábitos de alimentación sana en las comidas del colegio y en otros ambientes.
- Diferenciar algunos alimentos cariogénicos de los que no lo son.
- Educar el sentido del gusto hacia una alimentación saludable.
- Hacer un uso restringido de las "chucherías" y alimentos cariogénicos.
- Decidir de forma crítica y autónoma, frente a las presiones sociales y publicitarias, con respecto a los alimentos perjudiciales para la dentición y la salud.
- Fomentar la autoestima y el autoconcepto positivo del alumno y de la alumna.
- Adecuar su comportamiento a las necesidades y requerimientos de los otros, desarrollando actitudes y hábitos de respeto, ayuda y colaboración.





## Objetivos a alcanzar en Educación Primaria.

- Reconocer y utilizar correctamente los elementos que se utilizan para un correcto cepillado dental.
- Adquirir hábitos correctos de higiene bucodental.
- Saber cómo actúan los dentífricos con flúor.
- Cepillarse los dientes, al menos una vez al día y sobre todo antes de acostarse.
- Conocer las funciones de la boca y los dientes y diferenciar la dentición temporal y permanente.
- Reconocer la relación de la alimentación y de la higiene bucodental en la aparición de la caries y enfermedades de las encías.
- Valorar la existencia y finalidad de la exploración bucal por él o la dentista y colaborar en ella.
- Analizar la importancia de la higiene en las relaciones personales.
- Identificar una dieta sana, diferenciando alimentos saludables de los que no lo son.
- Conocer las enfermedades bucodentales, sus causas y consecuencias.
- Incrementar hábitos dietéticos sanos en el "recreo".
- Estudiar el proceso de la digestión y en especial de la masticación.
- Comprender los factores que inciden en la salud bucodental, con especial referencia a la alimentación y la higiene.
- Considerar los efectos nocivos del tabaco sobre las encías y sobre la boca en general.
- Capacitar al alumnado para hacer frente a las presiones sociales y publicitarias que les incitan al consumo de alimentos perjudiciales para la salud.





## 5.3. Contenidos.

### Educación Infantil.



- El cepillo y la pasta de dientes en la higiene bucodental.
- Realización autónoma de los hábitos elementales de la higiene bucodental.
- Los dientes como parte de nuestro cuerpo y su función en la alimentación.
- Motivación por aprender nuevas habilidades relacionadas con la higiene bucodental.
- Identificación de él o la dentista como la persona que cuida de la salud de la boca.
- Reconocimiento de la placa bacteriana, los alimentos cariogénicos y la mala higiene bucodental como las causantes de las afecciones dentales.
- Gusto por un aspecto personal cuidado y un cuerpo sano.
- Práctica de hábitos saludables: higiene corporal, alimentación y descanso y utilización adecuada de los espacios, los elementos y los objetos.
- Identificación de alimentos que producen daño en nuestros dientes.
- Degustación de alimentos sanos.
- Rechazo del abuso de las chucherías y alimentos dulces.
- Preferencia por los alimentos saludables.
- Una alimentación sana y equilibrada.
- Alimentos y otros productos cariogénicos y no cariogénicos.
- Petición y aceptación de ayuda en situaciones que la requieran.
- Aceptación de las normas de comportamiento establecidas durante las comidas, los desplazamientos, el descanso y la higiene.
- Utilización y valoración progresiva del lenguaje oral para evocar y relatar hechos.

### Educación Primaria.



- Realización correcta del cepillado dental después de cada comida.
- Uso y cuidado de los utensilios de la higiene bucodental.
- El flúor en la pasta dental.
- Los hábitos saludables, adquisición y mantenimiento.
- Dientes: tipos y funciones.
- Reconocimiento de piezas dentales sanas y cariadas y búsqueda de posibles soluciones.
- Él o la dentista, profesional del cuidado de la boca. Ventajas de acudir a su consulta.





- Asignación de valor a la higiene bucodental y su importancia en las relaciones interpersonales.
- Valoración positiva de los hábitos saludables.
- Alimentos sanos, cariogénicos y no cariogénicos.
- Identificación de los nutrientes que han de estar presentes en nuestra dieta.
- Elaboración de menús y recetas a base de ingredientes de la dieta mediterránea.
- Gusto por la alimentación saludable, natural y equilibrada.
- Relación entre una dieta sana y equilibrada, una higiene bucodental adecuada y la conservación de una boca sana.
- Relación entre la boca y el resto del organismo.
- Espíritu crítico frente a los alimentos perjudiciales ofrecidos por la publicidad y el entorno.
- La prevención de accidentes con consecuencias para la boca y los dientes.
- La utilización correcta de protectores dentales al practicar ciertos deportes.



## 5.4. Metodología.

### Con relación al profesorado, se debe destacar :

- La actitud positiva y la puesta en valor de los hábitos saludables.
- El ser un referente saludable para el alumnado.
- El conocimiento de la técnica del cepillado para poder ejemplificarla o dramatizarla ante el alumnado según edad; diferenciar alimentos cariogénicos de los que no lo son ... Y potenciar la reflexión y discusión sobre los mitos relacionados con la salud bucodental. (Véase Guía para Profesionales).
- La utilización de la jornada escolar para enseñar con empatía el correcto cepillado dental y posterior supervisión entre otras actuaciones.
- El compromiso de trabajo en equipo: profesorado, familias, agentes externos al centro que estén implicados en la salud bucodental y el alumnado, que será el protagonista en todo momento del proceso de desarrollo y aprendizaje.
- La coordinación de todas las acciones.

### Con relación al alumnado, se debe destacar :

- Una actitud activa y participativa, favoreciendo el trabajo grupal y cooperativo.
- El aprendizaje como investigación, situado en el medio social del alumnado, que permita integrar referencias del entorno inmediato, utilizando como base los problemas reales.
- Las actividades han de ser globalizadas, interesantes y significativas, para que generen aprendizajes asumibles para el alumnado.
- En el aprendizaje significativo, las actividades elaboradas por el profesorado deben estar adaptadas a las características del alumnado, atendiendo a la diversidad de este, a las familias, a las características y recursos del propio centro, así como al contexto en el que se desarrollan.
- Actividades atractivas motivadoras y lúdicas en cuanto a su presentación y a su acción, para que susciten la atención, el interés y la participación de los y las protagonistas del proceso de "enseñanza-aprendizaje".

El principio del esfuerzo es indispensable para lograr una educación de calidad, debe aplicarse al alumnado como principal actor del proceso de "enseñanza-aprendizaje", a las familias en su colaboración con el profesorado y compromiso en el trabajo cotidiano de sus hijos e hijas, al centro y al profesorado en la construcción de entornos de aprendizaje ricos, motivadores y exigentes.





Así mismo, conviene potenciar el uso de las nuevas tecnologías de la información y la comunicación al abordar estas actividades, con objeto de reforzar el carácter motivador e interactivo de las mismas.



## 5.5. Evaluación y Criterios Evaluación.

### 5.5.1. LA EVALUACIÓN.

En el ámbito educativo, uno de los factores que tiene mayor relevancia es la evaluación. Educadores y educadoras, familias, alumnado y sociedad en su conjunto, son más conscientes que nunca de la importancia y las repercusiones del hecho de evaluar o de ser evaluado.

La evaluación del alumnado que realiza el personal docente, tiene como fin identificar los aprendizajes adquiridos, la valoración del desarrollo alcanzado y las características de la evolución de cada niño y niña; por ello, tiene un carácter formativo, global y continuo.

Los criterios de evaluación se conciben como una referencia para orientar la acción educativa. La observación directa y sistemática constituye la técnica principal del proceso de evaluación.

#### **Se proponen varias acciones en relación a la evaluación:**

- Al inicio de curso, y antes de comenzar el programa se debería realizar una evaluación inicial, a través de un "control" o "registro" de cepillado dental y de otros hábitos saludables que pueden encontrarse en la Propuesta de actividades para el aula: "Seguimiento en Familia" página 45, "¿Qué sé, qué sabemos?" página 51, y "Guía de seguimiento de desayuno" de la actividad "A desayunar bien" página 75.
- Finalizado el curso se debería volver a realizar un nuevo registro a fin de comparar estos resultados con los obtenidos en el registro inicial.

Con ambos registros se podrá ver la incidencia de la intervención de las acciones de promoción de salud bucodental en el alumnado.

Otro registro interesante es el que se puede extraer de la revisión de los molares de los 6 años cariados, ausentes u obturados "CAOM", que los y las dentistas del Servicio Andaluz de Salud realizan al alumnado de 1º curso de Educación Primaria.

Los datos obtenidos de la exploración dental de cada alumno se deberían facilitar al centro, con objeto de observar la evolución de la salud bucodental de los alumnos de cada clase a lo largo de varios cursos y comprobar la eficacia de las intervenciones de promoción de salud bucodental desarrolladas en el centro.





## MÉTODOS Y TÉCNICAS DE EVALUACIÓN

Esta guía pretende aportar instrumentos prácticos, como los que a continuación se relacionan con algunos ejemplos representativos de recursos y técnicas que se pueden aplicar en el marco del Programa.

- Registro anecdótico.
- Observación incidental o "crítica".
- Listas de control.
- Pautas de observación.
- Registro de observación.
- Diario de clase.
- Contacto diario con el alumnado y las familias.
- Debates, asambleas, etc.

### 5.5.2. CRITERIOS DE EVALUACIÓN.

#### EDUCACIÓN INFANTIL

##### 1. Respeto del alumnado:

- Identifica el cepillo y la pasta como utensilios para la higiene bucodental.
- Realiza autónoma y adecuadamente el cepillado de sus dientes.
- Mantiene de forma limpia y ordenada los instrumentos de higiene bucodental después de su uso.
- Discrimina alimentos cariogénicos de los que no lo son y alimentos saludables de los que no lo son.
- Identifica hábitos saludables.
- Relaciona las caries y la placa como consecuencia de la ingestión de alimentos cariogénicos y de una higiene deficitaria o incorrecta.

##### 2. Respeto al proceso:

- Adecuación del diseño de los distintos elementos de la unidad didáctica a la realidad del aula.
- Participación de los diversos sectores educativos en el desarrollo del programa.
- Fases de la implementación del proyecto en los instrumentos programáticos del centro.



## EDUCACIÓN PRIMARIA

### 1. Respetto al alumnado:

- Conoce las piezas dentales más significativas y su función.
- Distingue piezas dentales sanas de otras cariadas.
- Conoce las causas de una boca y dientes enfermos.
- Usa correctamente el cepillo y la pasta dental.
- Relaciona cada tipo de dientes con su función.
- Tiene hábito diario de cepillado dental.
- Presenta en su dieta habitual alimentos saludables y excluye los cariogénicos.
- Elabora dietas equilibradas con los alimentos adecuados.
- Valora la importancia de cuidar la salud bucodental y a él o a la dentista.
- Sabe aplicar soluciones en caso de dientes cariados o buscarlas en caso de accidentes.

### 2. Respetto al proceso:

- Adecuación de la unidad didáctica a la realidad del aula.
- Participación de los sectores educativos en las actividades previstas.
- Fases de la implementación del proyecto en los instrumentos programáticos del centro.

### Indicadores que este marco conceptual permite trabajar y evaluar.

Además de los indicadores utilizados en el marco educativo (indicadores de percepción, de proceso y de logro), será necesaria la identificación y manejo de otros indicadores clave para el desarrollo práctico de proyectos en educación para la salud, así como la evaluación de los resultados de dichas intervenciones.



**Encuesta a Padres y Madres sobre Salud Bucodental**

A los padres y las madres:  
Este cuestionario tiene como objetivo conocer los hábitos de alimentación e higiene bucodental de sus hijos, para su intervención para su salud, y orientar en la medida de lo posible a su familia.

1. Alimentos que toma en el desayuno:

<input type="checkbox"/> Leche	<input type="checkbox"/> Yogurt	<input type="checkbox"/> Zumo	<input type="checkbox"/> Bollería
<input type="checkbox"/> Tortitas	<input type="checkbox"/> Cereales	<input type="checkbox"/> Galletas	<input type="checkbox"/> Pastas
<input type="checkbox"/> Frutas	<input type="checkbox"/> Mantequilla	<input type="checkbox"/> Miel	<input type="checkbox"/> Bollería industrial
	<input type="checkbox"/> Infusiones	<input type="checkbox"/> Salsas	<input type="checkbox"/> Embutidos

2. ¿Cómo considera el desayuno de su hijo(a)?

Bueno  Regular  Insuficiente

3. ¿Se levanta con tiempo suficiente para el desayuno?

Sí  No

4. Características de la alimentación de su hijo(a):

Le gusta solo  Es desequilibrada y caprichosa

Come demasiado  Come muy poco

5. ¿Cuál cubiertos maneja?

Tenedor  Cuchara  Cuchillo

6. ¿Se lava las manos antes y después de comer?

Nunca  A veces  Siempre

7. ¿Cuándo se cepilla los dientes?

Nunca  Después del desayuno  A veces  Siempre

Después del desayuno  Después del almuerzo  Después de la cena

8. ¿Cómo se los cepilla?

Solo  En ocasiones convoca  Muy que recordándole

9. ¿Toma golosinas y/o refrescos?

Nunca  En ocasiones convoca  Todos los días

Las horas de semana

**Encuesta a Padres y Madres sobre Salud Bucodental**

Reunión formativa dirigida a las familias  
Encuesta de evaluación y satisfacción

El nombre: \_\_\_\_\_

La programación general: \_\_\_\_\_

La calidad de la programación en general: \_\_\_\_\_

La información recibida: \_\_\_\_\_

El contenido de la formación: \_\_\_\_\_

El material utilizado: \_\_\_\_\_

El ambiente: \_\_\_\_\_

El tiempo de la formación: \_\_\_\_\_

El método de enseñanza: \_\_\_\_\_

El profesor: \_\_\_\_\_

El lugar: \_\_\_\_\_

El transporte: \_\_\_\_\_

El coste: \_\_\_\_\_

El material utilizado: \_\_\_\_\_

El ambiente: \_\_\_\_\_

El tiempo de la formación: \_\_\_\_\_

El método de enseñanza: \_\_\_\_\_

El profesor: \_\_\_\_\_

El lugar: \_\_\_\_\_

El transporte: \_\_\_\_\_

El coste: \_\_\_\_\_





## 6 Bibliografía.

- Comisión Internacional sobre la Educación para el Siglo XXI (1996). La educación encierra un tesoro. Informe a la Unesco de la Comisión Internacional sobre la Educación para el Siglo XXI, presidida por Jacques Delors, In'am Al Mufti... [et al.]. Madrid: Santillana; París: Unesco.
- Ania Palacio, JM (2007). Guía para el diseño y la mejora de proyectos pedagógicos de educación y promoción de la Salud. Madrid: Ministerio de Educación y Ciencia, Centro de Investigación y Documentación Educativa; Ministerio de Sanidad y Consumo, Dirección General de Salud Pública.
- Salvador Llivina T, Suelves Joanxich JM, Puigdollers Muns E (2008). Criterios de calidad para el desarrollo de proyectos y actuaciones de promoción y educación para la salud en el sistema educativo. Guía para las Administraciones educativas y sanitarias. Madrid: Ministerio de Educación, Política Social y Deporte, Centro de Innovación y Documentación Educativa (CIDE) y Ministerio de Sanidad y Consumo, Dirección General de Salud Pública.
- Zabala A, Arnau L (2007). Cómo aprender y enseñar competencias. Once ideas clave. Barcelona: Graó (Colección Ideas Clave. Didáctica/Diseño y desarrollo curricular, 3).
- Proyecto de educación infantil y su práctica en el aula. Carmen Ibañez Sandín Editorial. La muralla.
- Guía para la elaboración del Plan de Orientación y Acción Tutorial en Educación Infantil y Educación Primaria. Consejería de Educación (2008).
- Competencias Educativas en Primaria  
<http://www.juntadeandalucia.es/averroes/~cepco3/competencias/primera.htm>
- Sesame street. Hábitos saludables para la vida. Kit de recursos sección 1. ¡A moverse! <http://www.sesameworkshop.org/healthyhabits>.

### PARA SABER MÁS.

- Guía para la formación del Plan de Orientación y Acción Tutorial en Educación Infantil y Educación Primaria. Consejería de Educación (2008).  
<http://www.juntadeandalucia.es/educacion/nav/contenido.jsp?pag=/Contenidos/PSE/orientacionyatenciondiversidad/orientacion/guiapoaeninfantil>
- "La alimentación de tus niños y niñas. Nutrición saludable de la infancia a la adolescencia". Agencia Española de Seguridad Alimentaria y Nutrición (AESAN). Ministerio de Sanidad, Política Social e Igualdad. Madrid (2010).  
[http://www.aesan.msssi.gob.es/AESAN/docs/docs/publicaciones\\_estudios/nutricion/Manual\\_alimentacion\\_Diciembre\\_2007.pdf](http://www.aesan.msssi.gob.es/AESAN/docs/docs/publicaciones_estudios/nutricion/Manual_alimentacion_Diciembre_2007.pdf)





### PARA SABER MÁS (Continuación).

- Guía de Profesionales. Programa de Promoción de la Salud Bucodental Aprende a Sonreír. Consejería de Salud y Bienestar Social (2013).
- Competencias Educativas en Primaria  
<http://www.juntadeandalucia.es/averroes/~cepco3/competencias/primer.htm>
- Web Consejería de Igualdad, Salud y Políticas Sociales. Nuestra Salud. Vida sana. Materiales para la salud bucodental infantil  
[http://www.juntadeandalucia.es/salud/sites/csalud/contenidos/Informacion\\_General/c\\_3\\_c\\_1\\_vida\\_sana/salud\\_bucodental/Materiales](http://www.juntadeandalucia.es/salud/sites/csalud/contenidos/Informacion_General/c_3_c_1_vida_sana/salud_bucodental/Materiales)
- Web Consejería de Educación, Cultura y Deporte. Hábitos de vida saludable. Programa Aprende a Sonreír.  
<http://www.juntadeandalucia.es/educacion/webportal/web/vida-saludable/programas/aprende-a-sonreir>
- Juegos divertidos del Dr. Muelitas para Niños.  
[http://www.ceibal.edu.uy/contenidos/juegos/dr\\_muelitas/](http://www.ceibal.edu.uy/contenidos/juegos/dr_muelitas/)
- Colgate Sonrisas.  
<http://www.colgatecentralamerica.com/app/BrightSmilesBrightFutures/GT/Parents/Family-Activities.cvsp>

*[Todas las Webs consultadas y vigentes en Oct. 2013]*

