

# LA MEJOR PARTE DE MÍ



## En esta lección vamos a...

1. Identificar las características de la sonrisa que hacen a cada persona especial/única.
2. Describir los beneficios de prácticas de cuidado personal que promueven la salud dental.
3. Comprender la conexión entre sonrisas que transmiten seguridad y prácticas de cuidado personal.

## Reflexiona:

**“Usa tu sonrisa para cambiar el mundo pero no dejes que el mundo cambie tu sonrisa.”**

**-CONNOR FRANTA**

¿Qué significa la cita para tí? ¿De qué manera esta cita puede inspirar a las personas? ¿Cómo se relaciona esta cita con la salud dental?

# ¿Qué crees que les gusta a estas personas de su sonrisa?



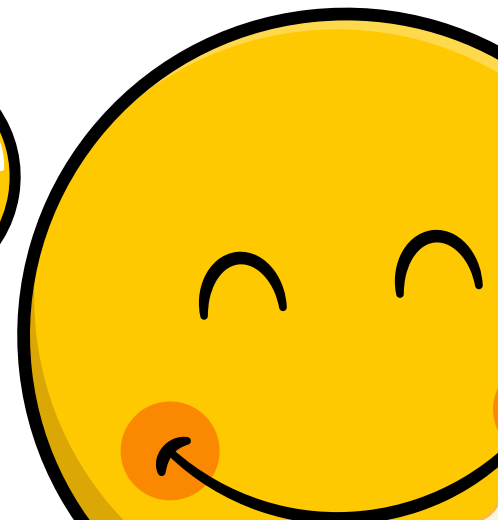
## Una sonrisa

Es una cosa graciosa,  
que te arruga la cara.

Y cuando desaparece  
No puedes encontrar  
su escondite.

Pero más increíble es ver  
Lo que tu sonrisa puede hacer.

Tú sonríes,  
Amigos y amigas sonríen  
Y así una sonrisa  
hace un montón.





## Mi carita

En mi cara redondita,  
tengo ojos y nariz,  
y también una boquita  
para comer y reír.

Con mis ojos veo todo,  
con mi nariz hago “atchís”.  
Y con mi boca yo como  
Tortillas de maíz.

# La risa

Bienvenida sea la risa  
que deja alegría por donde pisa.

¡Que venga la risa  
y su prima la sonrisa!

Reír es como si como  
Y alimenta más que el lomo.

Hay que reír cada hora,  
se los receta la escritora.

¡Ay, qué risa, tía Elisa!  
¡Se vuela la camisa!

La risa es buena para el pecho.  
Quien va sonriendo va mejor que en coche  
quien ríe de día, duerme bien de noche.



Poema de Gloria Fuerte

# Piensa en tu propia sonrisa, boca, y dientes.

1. ¿Cómo se ven?
2. ¿Para qué sirven tu sonrisa, boca y dientes?
3. ¿Cómo funcionan tu sonrisa, boca y dientes?





**Piensa en tu propia sonrisa,  
boca, y dientes.**

**Completen en el folleto la parte # 1.**

*“La mejor parte de mi sonrisa/boca es:”*

# ¡La mejor parte de mi sonrisa!

**Instrucciones:** como en los ejemplos de canciones y poemas que acabamos de leer, ahora es el turno de ustedes de escribir un poema dedicado a su sonrisa.

Opciones de poemas:

---

## El haiku

El haiku está formado solamente de tres versos o líneas: el primero y el tercero tienen 5 sílabas, mientras que el segundo tiene siete sílabas. El haiku no tiene una rima particular y, generalmente, está inspirado por un estado de ánimo o un momento concreto.

## El verso libre

El verso libre es un estilo popular de la poesía moderna y, como su nombre lo indica, hay bastante libertad a la hora de escribir un poema de este tipo. El verso libre puede rimar o no.

## El acróstico

El acróstico deletrea un nombre, una palabra, una frase o un mensaje con la primera letra de cada verso o línea del poema. El acróstico puede rimar o no y, normalmente, la palabra deletreada sugiere el tema del poema. ¿Por qué no lo intentas con una palabra tonta? Es divertido.

# ¡La mejor parte de mi sonrisa!

Ejemplo de haiku:



Lluvias de mayo  
y de pronto, la luna  
entre los pinos.

- Oshima Ryota

# ¡La mejor parte de mi sonrisa!

Ejemplo de acróstico

**L** O M Á S D I V E R T I D O  
**E** S L E E R  
**E** S P A R A U N B U E N  
**R** A T O Y A P R E N D E R

# ¡La mejor parte de mi sonrisa!

**Instrucciones:** como en los ejemplos de canciones y poemas que acabamos de leer, ahora es el turno de ustedes de escribir un poema dedicado a su sonrisa.

Opciones de poemas:

---

## El haiku

El haiku está formado solamente de tres versos o líneas: el primero y el tercero tienen 5 sílabas, mientras que el segundo tiene siete sílabas. El haiku no tiene una rima particular y, generalmente, está inspirado por un estado de ánimo o un momento concreto.

## El verso libre

El verso libre es un estilo popular de la poesía moderna y, como su nombre lo indica, hay bastante libertad a la hora de escribir un poema de este tipo. El verso libre puede rimar o no.

## El acróstico

El acróstico deletrea un nombre, una palabra, una frase o un mensaje con la primera letra de cada verso o línea del poema. El acróstico puede rimar o no y, normalmente, la palabra deletreada sugiere el tema del poema. ¿Por qué no lo intentas con una palabra tonta? Es divertido.



# Demuestra lo que has aprendido #1

¿Cuál es la cosa que más te gusta de tu sonrisa?





## Demuestra lo que has aprendido #2

¿Qué haces para mantener tu boca sana?



# FACTORES DE INFLUENCIA SOBRE LA SALUD DENTAL





## En esta lección vas a

1. Identificar los factores internos y externos de influencia sobre el cuidado de los dientes y la boca.
2. Entender cómo la ortodoncia puede influir sobre el autoestima de una persona.
3. Explicar cómo una persona puede influir sobre las decisiones de la salud de otra.

# Actividad de introducción

Lean “**Datos rápidos:  
Cepillarse los dientes**”

Después, completen las siguientes frases en el recuadro:



- Algo que aprendí o que captó mi atención es:*
- Esta información es importante para estudiantes de secundaria porque:*
- Me cepillo los dientes porque:*

# Definiciones

## Factores de influencia

La capacidad de tener un efecto sobre algo o alguien.

*Ejemplo:* el conocimiento, la familia, la escuela, las emociones

## Factores externos de influencia

Son factores que son exteriores a cada persona, son la influencia de otras personas o acciones externas a la persona.

*Ejemplo:* Mi mamá y mi papá influyen para que yo me cuide.

## Factores internos de influencia

Son factores que se desarrollan dentro de cada persona a partir de sus experiencias, sus valores o sus creencias.

*Ejemplo:* Yo sé que debo cepillarme los dientes cada noche porque así los mantengo limpios y saludables.

**¿Qué factores tienen una influencia o un impacto sobre la manera como una persona cuida de sus dientes?**



¿Cuáles son los factores de influencia interna y externa en **TU** salud dental?



<b>Un factor de influencia <b>interna</b> en mi salud dental</b>	Tengo un aparato de ortodoncia y quiero que funcione bien.
<b>Este factor influye en mi comportamiento porque...</b>	Yo sé que cuidar de mis dientes significa cuidar de mi aparato de ortodoncia. No me encanta cómo me queda este aparato y a veces no quiero llevarlo pero yo sé que si cuido mis dientes y mis aparatos ahora, tendré los dientes que quiero muy pronto. Esto aumenta mi autoestima y me anima a cuidar mejor de mis dientes.
<b>Un factor de influencia <b>externa</b> en mi salud dental</b>	Mi baño.
<b>Este factor influye en mi comportamiento porque...</b>	Mi baño está al lado de mi dormitorio, así que tengo fácil acceso a lo que necesito para cepillarme los dientes y usar el hilo dental.



## Demuestra lo que aprendiste en esta lección

¿Cuáles son 2 factores de influencia **interna** sobre la salud dental?





## Demuestra lo que aprendiste en esta lección

¿Cuáles son 2 factores de influencia **externa** sobre la salud dental?





# ANÁLISIS DE FACTORES DE INFLUENCIA EN LAS DECISIONES



## En esta lección vas a...

1. Describir cómo los diferentes factores de influencia afectan los hábitos de salud dental ahora.
2. Describir cómo los diferentes factores de influencia pueden influir el estado de salud dental en el futuro.
3. Determinar qué factores de influencia son más poderosos en los hábitos de salud dental.

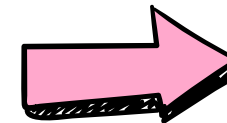
# Actividad de introducción

¿Qué influye sobre tus decisiones en la salud dental?

Dibuja un check al lado de los factores de influencia **interna**.



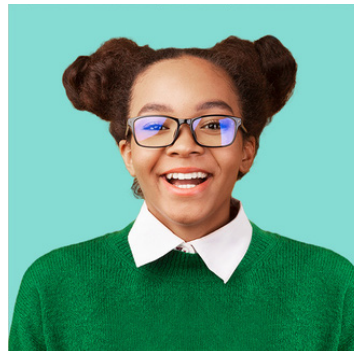
Dibuja una flecha al lado de los factores de influencia **externa**.



# Escenarios para la actividad en parejas/grupos



**Juan**



**Anayi**



**Qin**



**Taylor**

## Video 1:

¿Esta  
publicidad  
es un factor  
*interno* o  
*externo* de  
influencia?

¿Cómo lo  
sabes?



## Video 2:

¿Qué información comparte esta publicidad para influir a espectadores a tomar decisiones saludables?



## Video 3:

¿De qué manera la publicidad intenta influir sobre los espectadores?



# ¿Tienen estos videos una influencia sobre tí para que cuides mejor de tu sonrisa?



**¡Definitivamente!**



**¡Para nada!**





## Demuestra lo que aprendiste en la lección #1

¿Qué es lo que más influye sobre tus decisiones en cuanto al cuidado de los dientes/la boca/la sonrisa?

¿Es un factor de influencia positivo o negativo?

¿Es un factor externo o interno?

