

Guía de salud dental para profesores

SECCIÓN 1: INTRODUCCIÓN

El currículo en salud dental está diseñado para ayudar a que los distritos escolares del estado de Oregón cumplan con los requisitos de la Ley HB 2969, aprobada por la legislatura del estado y promulgada en 2021. Se trata de una iniciativa desarrollada por la coalición, *Dientes Sanos Futuros Brillantes* (Healthy Teeth Bright Futures), compuesta por múltiples organismos: representantes de organizaciones filantrópicas; planes de salud dental; el sector educativo; grupos que promueven la equidad en la salud y la justicia social; así como proveedores de atención médica que abogan y promueven la salud dental de la niñez en Oregón. De esta manera, la coalición es el tejido conector entre una variedad de perspectivas y de grupos que velan por la salud dental de la niñez y que abogan por el acceso a la atención médica dental.

La iniciativa es el resultado de estudios y experiencias de primera mano que demuestran que los problemas de salud dental afectan de manera desproporcionada a la niñez de bajos ingresos y pertenecientes a grupos minoritarios. Alrededor de una cuarta parte de la niñez atendida por los programas de detección y sellado dental en las escuelas, requiere un trabajo dental de seguimiento, y casi el 10% necesita atención dental de urgencias 24 a 48 horas después de la consulta. Según un informe de datos realizado por el Centro de Eficacia en Sistemas de Salud de OHSU¹ en 2019, entre la niñez inscrita al programa de Medicaid quien tuvo la tasa más alta de visitas a la sala de emergencias del hospital por problemas dentales evitables, fue la niñez afrodescendiente. Estudios contrastados por otros organismos demuestran que los problemas dentales no traumáticos son el segundo diagnóstico en la sala de emergencias entre personas adultas jóvenes (de 20 a 39 años). Cabe recalcar que la niñez en una situación económica más ventajosa no es inmune a estos problemas.

No solamente creemos sino que también sabemos, por la colaboración entre grupos de la coalición y las escuelas, que la educación en salud dental impacta de manera positiva la salud entera de la niñez y en consecuencia, su capacidad de aprendizaje. Recomendamos que las escuelas colaboren, si aún no lo han hecho, con los programas de detección y sellado dental certificados por la Autoridad en Salud del Estado de Oregón, al ser una fuente de información práctica para profesores y de servicios de detección y sellado dental para estudiantes.

Proceso de desarrollo

[Cairn Guidance](#) desarrolló el currículo, *Dientes sanos, futuros brillantes*, que comprende 31 lecciones destinadas a estudiantes de kinder a secundaria, y que ha sido evaluado por la coalición Dientes Sanos Futuros Brillantes en el estado de Oregón. Una vez aprobado, Cairn Guidance realizó un programa piloto de formación para profesores de los grados kinder a octavo y de secundaria, provenientes de diferentes partes de Oregón. Se pidió que profesores enseñaran las lecciones y proporcionaran comentarios y muestras de trabajo de sus estudiantes. Toda esta información sirvió para que el equipo de Cairn Guidance pudiese revisar el plan de estudios y realizar los ajustes necesarios. El siguiente paso fue colaborar con [Crear Colectivo](#), un colectivo que ofrece servicios de traducción y transcreación con sede en Oregón, para que desarrollara una traducción al español de todos los materiales destinados a profesores y estudiantes. Finalmente, la diseñadora gráfica, [Kristin Black](#), hizo los últimos retoques a los materiales para garantizar que fueran utilizables tanto por profesores como estudiantes.

¹ Center for Health Systems Effectiveness, OHSU.



SECCIÓN 2: IMPLEMENTAR UNA ENSEÑANZA DE ALTA CALIDAD

Una educación en salud basada en competencias

El currículo *Dientes sanos, futuros brillantes*, sigue los Estándares Nacionales de Educación en Salud² que son una serie de expectativas escritas de las competencias y conocimientos que estudiantes deben poseer al completar la escuela secundaria.

Estándar 1: Estudiantes **comprenderán conceptos** relacionados con la promoción de la salud y la prevención de enfermedades con el fin de mejorar la salud.

Estándar 2: Estudiantes **analizarán la influencia** que tiene la familia, los compañeros y las compañeras, la cultura, los medios de comunicación, la tecnología y otros factores, sobre la salud.

Estándar 3: Estudiantes demostrarán la capacidad de **acceder a información, productos y servicios fiables** que les permitirán mejorar su salud.

Estándar 4: Estudiantes demostrarán la capacidad de **utilizar la comunicación interpersonal** para mejorar la salud y evitar o reducir los riesgos para la salud.

Estándar 5: Estudiantes demostrarán **la habilidad para tomar decisiones** que les permitan mejorar su salud.

Estándar 6: Estudiantes demostrarán **la capacidad de establecer metas** que les permitan mejorar su salud.

Estándar 7: Estudiantes demostrarán la capacidad de **poner en práctica conductas para mejorar su salud y evitar o reducir los riesgos para la salud**.

Estándar 8: Estudiantes demostrarán la capacidad de **abogar por la salud personal, la salud familiar y la salud de la comunidad**.

Los estándares de educación en salud están dirigidos hacia el estándar 1, el cual puntualiza los conocimientos o el contenido. Este estándar define el tipo de conocimientos sobre salud dental que estudiantes deben adquirir. Los estándares 2 a 8 describen competencias y se centran en la introducción, la práctica, el refuerzo y el dominio de competencias en el contexto de la salud dental.

“Las competencias son esenciales para mantener y adoptar conductas saludables. Un enfoque basado en las competencias permite fortalecer los resultados de salud así como las competencias y las metas de aprendizaje propias del siglo XXI” (Benes, 2016).

Una educación en salud basada en competencias, enfatiza la puesta en práctica y no solamente la instrucción de contenidos e información. Así, la educación en salud basada en competencias garantiza que se transmitan contenidos fiables y precisos, a la vez que se proporciona a cada estudiante la oportunidad de progresar y demostrar la práctica de competencias necesarias para llevar una vida saludable ahora y en el futuro. Consideramos que dedicar el tiempo necesario para que estudiantes de kinder a secundaria practiquen y refuercen las siete competencias en salud, y utilizar contenidos de salud como vehículo para la práctica de competencias, es la vía para alcanzar los objetivos en la educación sanitaria. Por ejemplo, saber que el humo del tabaco en el ambiente puede ser perjudicial o que el sueño es reparador, no es suficiente para que estudiantes practiquen y adopten comportamientos que promuevan su salud.

² National Health Education Standards.

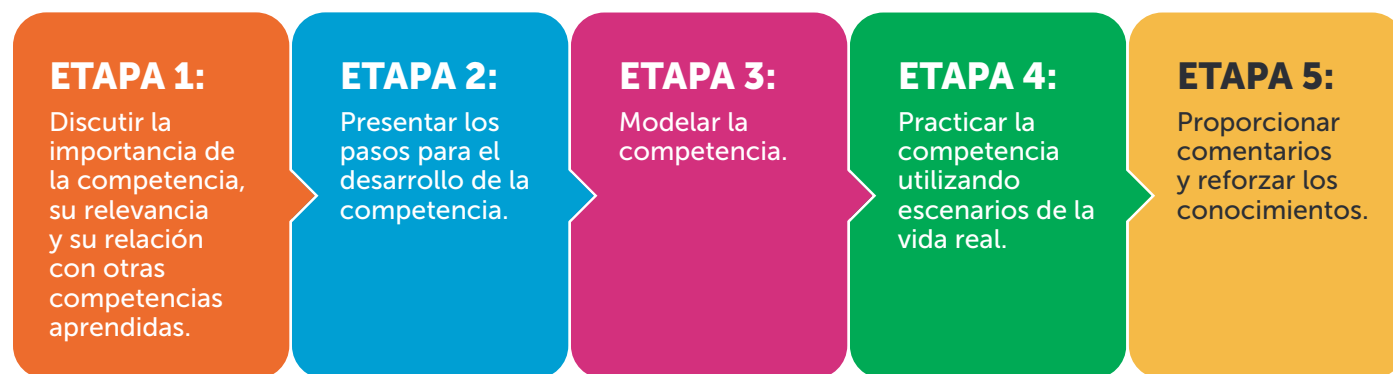


Una educación en salud que sea eficaz proporciona conocimientos, fomenta actitudes saludables, desarrolla y pone en práctica habilidades, y estimula la adopción de comportamientos que promueven la salud personal, la salud familiar y la salud de la comunidad. En ese sentido, el programa de educación en salud basado en competencias incluye un currículo que se implementa a través de métodos participativos para garantizar que cada estudiante desarrolle las competencias, las actitudes y las creencias necesarias para llevar una vida saludable (Benes y Alperin, 2016).

Una educación en salud basada en competencias, la cual debe apoyarse en los estándares dispuestos, hace referencia al "currículo escrito, el tipo de instrucción y su implementación" centrada en el desarrollo y competencia de habilidades (Benes y Alperin, 2016). La educación en salud basada en competencias incorpora el uso de métodos de instrucción participativos que permiten a estudiantes desarrollar habilidades, encarar actitudes hacia la toma de decisiones que impactan la salud, y adquirir conocimientos que les permitan tomar decisiones sobre su salud, su bienestar y su seguridad. Una educación en salud basada en competencias también facilita la integración del Aprendizaje Social y Emocional (SEL)³, gracias a la puesta en común de las cinco competencias de SEL y los siete estándares de competencia en salud. A su vez, la Colaboración para el Aprendizaje Académico, Social y Emocional (CASEL)⁴ ha desarrollado un marco para el aprendizaje socio-emocional a nivel general que identifica las cinco competencias básicas del aprendizaje socio-emocional: 1) autoconciencia; 2) autogestión; 3) toma de decisiones responsable; 4) habilidades para relacionarse; y 5) conciencia social (Benes y Alperin, 2016).

Finalmente, tanto los estándares nacionales de educación para la salud como la Organización Mundial de la Salud (OMS), proporcionan modelos para el desarrollo de competencias en la educación de la salud. La figura 1 combina estos dos modelos y ofrece un marco de cómo las etapas se integran en cada una de las competencias que se enseñan en el currículo. Aunque las etapas aparecen en orden, etapas anteriores pueden incorporarse en cualquier momento, según sea necesario.

Figura 1. Etapas en el desarrollo de competencias en la educación de la salud (Benes y Alperin, 2016)



Prácticas efectivas en la educación de la salud

Son cada vez más los estudios sobre educación en salud que exponen prácticas que los programas pueden utilizar de manera efectiva. Estos estudios apuntan a prácticas asociadas al aumento de conocimiento sobre la salud y la adopción de hábitos y actitudes positivas en materia de salud. Esta sección presenta los criterios que deben tenerse en cuenta a la hora de implementar un programa de enseñanza en salud.

³ Por sus siglas en inglés: Social and Emotional Learning.

⁴ Por sus siglas en inglés: Collaborative for Academic, Social and Emotional Learning.



En su publicación, [Prácticas apropiadas de la educación en salud para escuelas](#)⁵, [SHAPE América](#) ha desarrollado un resumen de buenas prácticas que incluye lo siguiente:

- Crear un entorno de aprendizaje positivo e inclusivo que involucre a estudiantes en el aprendizaje de competencias necesarias para llevar una vida saludable.
- Implementar un currículo secuencial y completo, siguiendo los Estándares Nacionales de Educación en Salud y cualquier otro marco relevante, basado en competencias y con miras a desarrollar la alfabetización en la salud.
- Utilizar prácticas educativas que involucren a estudiantes en el conocimiento y el desarrollo de competencias relacionadas con la salud.
- Emplear evaluaciones que muestren el progreso, los conocimientos y el desarrollo de competencias relacionadas con la salud de estudiantes.
- Abogar por una cultura positiva frente a la salud y la educación en salud en la escuela.
- Mantener altos estándares en la práctica.

Características de un currículo de educación en salud eficaz

Según especialistas y estudios empíricos sobre el tema, los programas y currículos de educación en salud son eficaces al:

1. Centrarse en objetivos de salud claros y en resultados de conducta acordes con los objetivos.
2. Estar fundamentados en la teoría y en las investigaciones del campo de estudios.
3. Abordar valores, actitudes y creencias individuales.
4. Abordar normas individuales y grupales que apoyan hábitos para mejorar la salud.
5. Centrar su atención en reforzar factores de protección, en aumentar la percepción de riesgo personal y en los efectos perjudiciales que pueden acarrear prácticas y hábitos no saludables.
6. Abordar las presiones e influencias sociales externas.
7. Reforzar habilidades que desarrollen competencias personales, sociales y la autoeficacia.
8. Proporcionar conocimientos funcionales que sean básicos, acertados y que estén directamente relacionados con promover la toma de decisiones y comportamientos que promuevan la salud.
9. Usar estrategias diseñadas para que estudiantes personalicen la información.
10. Proporcionar información, estrategias de aprendizaje y métodos de enseñanza apropiados para la edad de desarrollo del grupo.
11. Incorporar estrategias de aprendizaje, métodos de enseñanza y materiales que son culturalmente relevantes y sostenibles.
12. Poner en disposición el tiempo necesario para la enseñanza y el aprendizaje.
13. Crear oportunidades para reforzar competencias y comportamientos saludables.
14. Crear oportunidades para establecer conexiones positivas con personas influyentes.
15. Incluir información para profesores, planes de desarrollo profesional y capacitación con miras a mejorar la calidad de la enseñanza y su aprendizaje.

⁵ Appropriate Practices in School-Based Health Education.



SECCIÓN 3: GUÍA DEL CURRÍCULO

Una mirada general a los planes de lección

Grado	Número de lecciones	Enfoque de destrezas en cada unidad
Kinder	3	autogestión
1	3	establecer metas
2	3	comunicación interpersonal
3	3	toma de decisiones
4	3	localizar recursos
5	3	capacidad de abogar
6	3	análisis de influencias
7	3	comunicación interpersonal
8	3	autogestión
Secundaria	4	localizar recursos

* Nota: se incluyen tres lecciones por grado entre kinder y octavo, y cuatro lecciones para la secundaria. Y cada unidad está basada en competencias. Para mayor información y apoyo en la enseñanza de competencias, por favor refiérase a las guías de [RMC](#).



Alcance y secuencia

KINDER

Número de la lección	Título de la lección	Coordinación de los estándares nacionales de la educación en salud (NHES)
1	Cepillando nuestros dientes y usando el hilo dental	<p>NHES 1: Conceptos de salud</p> <ul style="list-style-type: none">• Explicar la importancia de cepillarse los dientes y usar el hilo dental. <p>NHES 7: Autogestión</p> <ul style="list-style-type: none">• Demostrar los pasos para cepillarse los dientes de manera apropiada.• Demostrar los pasos para usar el hilo dental de manera apropiada.
2	Cepillando nuestros dientes y usando el hilo dental	<p>NHES 1: Conceptos de salud</p> <ul style="list-style-type: none">• Identificar la manera correcta de cepillarse y usar el hilo dental. <p>NHES 7: Autogestión</p> <ul style="list-style-type: none">• Repasar y practicar los pasos para cepillarse los dientes correctamente.• Repasar y practicar los pasos para usar el hilo dental correctamente.• Indicar lo que una persona puede hacer para mejorar su manera de cepillarse y de usar el hilo dental.
3	Cepillando nuestros dientes y usando el hilo dental	<p>NHES 1: Conceptos de salud</p> <ul style="list-style-type: none">• Identificar otras prácticas de salud que permiten a las personas llevar una vida saludable y segura. <p>NHES 7: Autogestión</p> <ul style="list-style-type: none">• Explicar que la buena higiene mejora o mantiene la salud general.• Explicar los efectos de no cepillarse y de no utilizar el hilo dental.• Explicar en qué momento puede ser necesaria la atención médica.• Discutir a quién pueden avisar cuando necesiten atención médica



PRIMER GRADO

Número de la lección	Título de la lección	Coordinación de los estándares nacionales de la educación en salud (NHES)
1	Los dientes y la sonrisa	<p>NHES 1: Conceptos de salud</p> <ul style="list-style-type: none">• Explicar por qué las personas tenemos dientes.• Explicar los beneficios de cepillarse y usar el hilo dental adecuadamente para mantener y mejorar los dientes y la sonrisa. <p>NHES 6: Establecer metas</p> <ul style="list-style-type: none">• Explicar que establecer metas puede ayudarles a mejorar y mantener prácticas de la salud personal, como cepillarse y usar el hilo dental.
2	Los dientes y la sonrisa	<p>NHES 1: Conceptos de salud</p> <ul style="list-style-type: none">• Identificar metas para el cuidado a corto plazo. <p>NHES 6: Establecer metas</p> <ul style="list-style-type: none">• Establecer una meta a corto plazo que les permita mejorar o mantener sus dientes y sonrisa.• Identificar una persona adulta de confianza que les ayude a alcanzar su meta.
3	Los dientes y la sonrisa	<p>NHES 1: Conceptos de salud</p> <ul style="list-style-type: none">• Discutir quiénes alcanzaron sus metas. <p>NHES 6: Establecer metas</p> <ul style="list-style-type: none">• Examinar qué hace posible que las personas alcancen o no sus metas.• Discutir diferentes maneras de alcanzar una meta para prácticas de salud en el futuro.



SEGUNDO GRADO

Número de la lección	Título de la lección	Coordinación de los estándares nacionales de la educación en salud (NHES)
1	Vamos a conocer al personal de salud dental	<p>NHES 1: Conceptos de salud</p> <ul style="list-style-type: none"> • Describir al personal que puedes conocer o ver en la consulta dental. • Identificar la labor del personal. • Identificar los beneficios de ir a la consulta dental.
2	¿Por qué es importante escuchar al personal dental?	<p>NHES 1: Conceptos de salud</p> <ul style="list-style-type: none"> • Identificar los obstáculos que pueden hacer difícil una buena escucha en la consulta dental. • Identificar por qué es importante escuchar al personal en la consulta dental. <p>NHES 4: Comunicación interpersonal</p> <ul style="list-style-type: none"> • Demostrar lo que significa escuchar bien al dentista. • Demostrar lo que significa escuchar mal al dentista.
3	Expresar al dentista cómo nos sentimos	<p>NHES 1: Conceptos de salud</p> <ul style="list-style-type: none"> • Identificar emociones. • Discutir cómo se puede sentir una persona en la consulta dental. <p>NHES 4: Comunicación interpersonal</p> <ul style="list-style-type: none"> • Identificar maneras de expresar las emociones. • Identificar estrategias para autorregularse.



TERCER GRADO

Número de la lección	Título de la lección	Coordinación de los estándares nacionales de la educación en salud (NHES)
1	¿Por qué es importante cepillarse los dientes y usar hilo dental?	<p>NHES 1: Conceptos de salud</p> <ul style="list-style-type: none"> • Explicar los beneficios de cepillarse los dientes y usar el hilo dental para nuestra salud general. <p>NHES 5: La toma de decisiones</p> <ul style="list-style-type: none"> • Discutir las situaciones que pueden influir en si nos cepillamos y utilizamos el hilo dental o no. • Identificar cómo afecta nuestra salud general la decisión de cepillarnos los dientes o usar el hilo dental. • Reconocer los resultados de un cepillado y un uso del hilo dental adecuados y de usos inadecuados e inconscientes.
2	Tomando decisiones saludables sobre el cepillado de mis dientes y el uso del hilo dental	<p>NHES 1: Conceptos de salud</p> <ul style="list-style-type: none"> • Identificar cómo un cepillado correcto y el uso de hilo dental ayudan a disminuir el riesgo de enfermedades infecciosas. • Identificar las enfermedades infecciosas que pueden derivarse de un cepillado y un uso de hilo dental inadecuados. <p>NHES 5: La toma de decisiones</p> <ul style="list-style-type: none"> • Discutir formas de disminuir el riesgo de enfermedades infecciosas a través de la buena toma de decisiones. • Reconocer formas de comunicar a los demás cómo disminuir el riesgo.
3	Comunicando decisiones sobre el cuidado de nuestra salud oral	<p>NHES 1: Conceptos de salud</p> <ul style="list-style-type: none"> • Identificar cuándo una persona puede necesitar atención médica. • Identificar los diferentes tipos de atención médica. <p>NHES 5: La toma de decisiones</p> <ul style="list-style-type: none"> • Demostrar cómo comunicarse sobre los distintos tipos de asistencia médica. • Identificar el tipo adecuado de atención médica que se necesita, utilizando el proceso de toma de decisiones.



CUARTO GRADO

Número de la lección	Título de la lección	Coordinación de los estándares nacionales de la educación en salud (NHES)
1	El azúcar y la salud dental	<p>NHES 1: Conceptos de salud</p> <ul style="list-style-type: none">• Explicar la importancia de cepillarse los dientes y usar el hilo dental. <p>NHES 3: Acceder a recursos</p> <ul style="list-style-type: none">• Demostrar los pasos para cepillarse los dientes de manera apropiada.• Demostrar los pasos para usar el hilo dental de manera apropiada.
2	Cómo encontrar el azúcar en las etiquetas de comida	<p>NHES 1: Conceptos de salud</p> <ul style="list-style-type: none">• Localizar la información sobre el azúcar en las etiquetas de comida. <p>NHES 3: Acceder a recursos</p> <ul style="list-style-type: none">• Leer las etiquetas de comida para identificar los alimentos y las bebidas azucaradas.
3	Elegir alimentos y bebidas beneficiosas para la salud dental	<p>NHES 1: Conceptos de salud</p> <ul style="list-style-type: none">• Explicar la relación entre alimentos ricos en nutrientes y la salud dental. <p>NHES 3: Acceder a recursos</p> <ul style="list-style-type: none">• Utilizar las etiquetas de nutrición, identificar las opciones de comidas/ bebidas que promueven la salud dental.



QUINTO GRADO

Número de la lección	Título de la lección	Coordinación de los estándares nacionales de la educación en salud (NHES)
1	¡Necesito ayuda!	<p>NHES 1: Conceptos de salud</p> <ul style="list-style-type: none"> • Describir los beneficios de las prácticas de cuidado personal que promueven la salud bucodental. • Identificar cuando alguien tiene un problema de salud dental. <p>NHES 8: Abogar</p> <ul style="list-style-type: none"> • Explicar cómo se pueden prevenir las lesiones bucodentales provocadas por la práctica de deportes u otras actividades. • Explicar por qué los dientes no deben utilizarse como herramientas.
2	¿Quién puede ayudarme?	<p>NHES 1: Conceptos de salud</p> <ul style="list-style-type: none"> • Identificar quién puede ayudar en problemas relacionados con la salud dental. <p>NHES 8: Abogar</p> <ul style="list-style-type: none"> • Demostrar cómo obtener la ayuda necesaria para problemas de salud y seguridad dental.
3	¡Podemos ayudar!	<p>NHES 1: Conceptos de salud</p> <ul style="list-style-type: none"> • Identificar formas de animar a otros a promover la salud y la seguridad bucodental entre sus pares. <p>NHES 8: Abogar</p> <ul style="list-style-type: none"> • Proporcionar información objetiva para mejorar la salud bucodental y el bienestar de los demás. • Abogar porque las personas tomen decisiones positivas en materia de salud bucodental.



SEXTO GRADO

Número de la lección	Título de la lección	Coordinación de los estándares nacionales de la educación en salud (NHES)
1	La mejor parte de mí	<p>NHES 1: Conceptos de salud</p> <ul style="list-style-type: none"> • Identificar características (forma, tamaño, aspecto, estructura) de las sonrisas que hacen a cada persona especial. • Describir los beneficios de prácticas de cuidado personal que promueven la salud dental. <p>NHES 2: Análisis de influencias</p> <ul style="list-style-type: none"> • Comprender la conexión entre sonrisas que transmiten seguridad y prácticas de cuidado personal.
2	Factores de influencia sobre la salud dental	<p>NHES 1: Conceptos de salud</p> <ul style="list-style-type: none"> • Identificar diversos factores, internos y externos, de influencia (compañeros/compañeras, cultura, medios de comunicación, comunidad, familia, escuela). <p>NHES 2: Análisis de influencias</p> <ul style="list-style-type: none"> • Entender cómo la ortodoncia puede influir sobre el autoestima de una persona. • Explicar cómo una persona puede influir sobre las decisiones de la salud de las demás personas.
3	Análisis de factores de influencia en las decisiones	<p>NHES 1: Conceptos de salud</p> <ul style="list-style-type: none"> • Describir cómo diferentes factores de influencia afectan los hábitos de salud dental ahora. • Describir cómo los factores de influencia pueden impactar el estado de salud dental de una persona en el futuro. <p>NHES 2: Análisis de influencias</p> <ul style="list-style-type: none"> • Determinar qué factores de influencia son más poderosos en los hábitos de salud dental de una persona.



SÉPTIMO GRADO

Número de la lección	Título de la lección	Coordinación de los estándares nacionales de la educación en salud (NHES)
1	Proyecto de investigación en salud dental	<p>NHES 1: Conceptos de salud</p> <ul style="list-style-type: none"> • Describir el impacto del uso de tabaco en la salud dental. • Describir las posibles consecuencias de las modas y tendencias en el uso de tabaco. • Identificar bebidas azucaradas. <p>NHES 4: Comunicación interpersonal</p> <ul style="list-style-type: none"> • Explicar por qué la mayoría de las personas no usan productos de tabaco. • Explicar la importancia de comidas y bebidas saludables para la salud dental.
2	Comunicar comportamientos sobre la salud dental y la salud en general	<p>NHES 1: Conceptos de salud</p> <ul style="list-style-type: none"> • Resumir los beneficios de elegir hábitos y comportamientos saludables para promover la salud dental y relaciones sociales positivas. <p>NHES 4: Comunicación interpersonal</p> <ul style="list-style-type: none"> • Informar claramente sobre la nutrición y la salud dental. • Informar claramente sobre el uso de tabaco, los cigarrillos electrónicos y la salud dental.
3	Comunicar sobre la salud dental y comportamientos saludables	<p>NHES 1: Conceptos de salud</p> <ul style="list-style-type: none"> • Proponer formas de mejorar las técnicas de comunicación personal. <p>NHES 4: Comunicación interpersonal</p> <ul style="list-style-type: none"> • Demostrar el uso de comunicación verbal y no verbal en cuanto a la salud dental. • Comunicarse claramente sobre temas de nutrición y salud dental. • Comunicarse claramente sobre el consumo de tabaco y la salud dental.



OCTAVO GRADO

Número de la lección	Título de la lección	Coordinación de los estándares nacionales de la educación en salud (NHES)
1	Comidas, bebidas y salud dental	<p>NHES 1: Conceptos de salud</p> <ul style="list-style-type: none">• Explicar la importancia de opciones de alimentación saludables para mis dientes. <p>NHES 7: Autogestión</p> <ul style="list-style-type: none">• Demostrar cómo leer una etiqueta de comida.• Considerar las similitudes y diferencias de las bebidas según su impacto sobre la salud dental.
2	Asumir la responsabilidad de nuestra salud dental	<p>NHES 1: Conceptos de salud</p> <ul style="list-style-type: none">• Analizar los hábitos personales de consumo de bebidas que contribuyen a la salud dental. <p>NHES 7: Autogestión</p> <ul style="list-style-type: none">• Explicar la importancia de asumir la responsabilidad de los propios comportamientos y hábitos de salud dental.• Elegir bebidas más saludables.
3	De prácticas saludables a hábitos	<p>NHES 1: Conceptos de salud</p> <ul style="list-style-type: none">• Resumir los beneficios de las prácticas de higiene personal, la alimentación saludable y una vida libre de tabaco. <p>NHES 7: Autogestión</p> <ul style="list-style-type: none">• Crear un plan de bienestar personal para mejorar y mantener la salud dental.



SECUNDARIA

Número de la lección	Título de la lección	Coordinación de los estándares nacionales de la educación en salud (NHES)
1	Carreras	<p>NHES 1: Conceptos de salud</p> <ul style="list-style-type: none"> • Analizar cómo la comprensión del papel de la consulta dental y su personal pueden afectar nuestro cuidado de la salud dental. • Describir la función y tareas asociadas a cada carrera. <p>NHES 3: Acceder a recursos</p> <ul style="list-style-type: none"> • Investigar carreras en el campo de la salud dental. • Explorar los requisitos educativos después de la escuela secundaria para las carreras en salud dental.
2	Estilos de vida saludable y el cuidado dental	<p>NHES 1: Conceptos de salud</p> <ul style="list-style-type: none"> • Identificar los hábitos favorables a la salud dental y cómo influyen en el bienestar general. • Explicar cómo una nutrición adecuada favorece la salud dental. • Determinar los beneficios de una nutrición adecuada en el cuidado dental. <p>NHES 3: Acceder a recursos</p> <ul style="list-style-type: none"> • Examinar los factores y barreras que pueden afectar los hábitos de salud dental. • Crear estrategias para superar las barreras que pueden afectar los hábitos de salud dental.
3	La salud dental y las sustancias	<p>NHES 1: Conceptos de salud</p> <ul style="list-style-type: none"> • Explicar el uso de opioides en el dolor dental, y cómo el uso excesivo o indebido puede conducir a un trastorno del consumo de sustancias opiáceas. <p>NHES 3: Acceder a recursos</p> <ul style="list-style-type: none"> • Examinar sustancias cáusticas y cómo éstas pueden incidir en nuestra salud bucodental. • Investigar los efectos de los AOD en la salud bucodental. • Evaluar cuándo sería necesaria la ayuda adicional de un adulto o de un profesional en relación al consumo de opioides.
4	Acceso a la atención médica	<p>NHES 1: Conceptos de salud</p> <ul style="list-style-type: none"> • Describir la importancia de evaluar la atención médica dental y los exámenes de detección. <p>NHES 3: Acceder a recursos</p> <ul style="list-style-type: none"> • Analizar los modos de acceder a la atención médica. • Demostrar cómo se accede a la atención médica. • Identificar las barreras para acceder a la atención médica o para practicar el autocuidado. • Determinar la accesibilidad de productos y servicios válidos y fiables que mejoren la salud y los recursos o soluciones para superar las barreras de acceso.



Implementación del currículo

Este currículo se ha creado con el fin de ser implementado cada año desde kinder hasta la secundaria. Todas las lecciones cumplen con las metas dispuestas por los Estándares Nacionales de Educación en Salud (NHES). Cada lección está pensada para ser implementada en una sesión de 45 minutos. Se espera que este currículo sea impartido por profesores quienes tengan una certificación en educación de la salud; no obstante, todas las lecciones incluyen un guión que puede ser utilizado en caso de que no se disponga de profesores con certificación. Las lecciones siguen la misma estructura, comenzando con actividades de introducción, continuando con actividades intermedias y concluyendo con actividades para finalizar la lección. Además, cada plan de lección incluye ampliaciones y adaptaciones para estudiantes cuyos estilos de aprendizaje sean diversos. Cada unidad de kinder a octavo grado contiene tres planes de lección, y la unidad de secundaria contiene cuatro. Las lecciones de secundaria pueden impartirse consecutivamente en un grado o si se prefiere, se puede impartir una lección por cada grado.

Anatomía de un plan de lección

Observe a continuación cada uno de los elementos que compone un plan de lección.

Grado 2
Lección 1

VAMOS A CONOCER AL PERSONAL DE SALUD DENTAL

Estándares de educación en la salud

- ✓ Conceptos de salud
- Análisis de factores de influencia
- Acceso a recursos válidos y confiables
- Comunicación interpersonal
- Toma de decisiones
- Capacidad para establecer metas
- Autogestión
- Apoyo

Coordinación de los estándares de lenguaje y alfabetización del estado de Oregon

2.SL.1. Participar en conversaciones colaborativas con diversas personas, adultas y estudiantes en grupos pequeños o grandes, sobre temas y textos del grado 2.

2.SL.1b. Construir conocimiento a partir de los aportes de otras personas, uniendo sus comentarios a los comentarios de otras personas.

2.SL.2. Volver a contar o describir las ideas principales o detalles clave de un texto leído en voz alta o de cualquier información presentada oralmente o a través de otros medios.

2.SL.6. Producir frases completas cuando sea apropiado para la tarea y la situación, con el objetivo de proporcionar detalles o aclaraciones solicitadas.

Indicador de desempeño en la educación en salud para el estado de Oregon

HE.1.2.1. Reconocer ejemplos de salud física, mental, social, emocional y medioambiental

HE.1.2.3. Identificar cuándo es importante buscar asistencia sanitaria.

Vocabulario útil

el/la dentista
el/la higienista dental
el/la recepcionista
los instrumentos
las herramientas
la placa
las caries
el empaste dental

Lenguaje de alfabetización en la salud

_____ me ayuda con _____.

Lenguaje de alfabetización en la salud adaptado de Health Skills Materials con permiso de RMC Health.

Pregunta(s) principal(es)

¿De qué manera familiarizarnos con el personal de salud dental puede ayudarnos a sentirnos bien en una visita?

Cada lección incluye su propio título.

En la esquina superior derecha de cada página, encontrará el grado y el número de la lección.

Cada lección cumple con las metas dispuestas por los Estándares Nacionales de Educación en Salud. Las lecciones incluyen conceptos esenciales y/o competencias.

Cada lección cumple con los indicadores de desempeño en la educación en salud y los estándares de lenguaje y alfabetización para el estado de Oregon.

El plan de lección incluye el lenguaje y el vocabulario necesario para apoyar la comprensión y la alfabetización de estudiantes.

Cada lección incluye una serie de preguntas que sirven de guía para la instrucción.



El plan incluye los objetivos de la lección, a los cuales se hará referencia a lo largo de la enseñanza de ésta.



Objetivos para estudiantes:

Estudiantes podrán:

- Describir al personal que podrían estar presente o conocer en una visita a la consulta dental
- Identificar la labor del personal en una consulta dental
- Identificar los beneficios de ir al dentista



Materiales y preparación

- Bolígrafo o lápiz
- Papel y rotuladores
- Folleto "Actividad de emparejar"
- Presentación "Conozcamos al personal dental"
- Bolsa de personal dental (1 por grupo)
- Bolsa de instrumentos dentales (1 por grupo)
- **Repaso:**
 - Funciones y responsabilidades del personal dental
 - Presentación del personal dental y los instrumentos dentales
 - Conocimientos previos sobre la salud dental

Cada lección incluye una lista de materiales y notas de preparación para su implementación.

Esquema de la lección y actividades para el aprendizaje

INICIO DE LA LECCIÓN

Pregunte lo siguiente y observe si algunos estudiantes conocen la respuesta. Si no es así, comparta las respuestas.

Utilizando la presentación "Personal dental y los instrumentos dentales", muestre *la diapositiva # 1*.

Pregunta # 1: ¿Quién sabe lo que es un/una dentista?

Respuesta apropiada: Es un tipo de doctor o doctora que cuida de nuestros dientes y boca.

Pregunta # 2: ¿Por qué es importante ir al dentista?

Respuesta apropiada: Para asegurarse de que tus dientes se mantienen sanos y fuertes.

Diga: "Vamos al dentista para eliminar la placa de nuestros dientes y para aprender a prevenir las enfermedades de las encías. Ir al dentista es una práctica de mantenimiento como lavar un carro. Tú vas al dentista para que remuevan la placa de tus dientes y los dejen bonitos y brillantes".

Preguntas # 3: ¿Qué cosas ves en la consulta del dentista normalmente?

Respuestas apropiadas: "el sillón dental, la lámpara, las herramientas especiales, la mascarilla y los guantes".

Pregunta # 4: ¿Cuáles son algunas de las funciones de las personas que trabajan en el consultorio dental?

Respuestas apropiadas: El/la dentista, quien se asegura de que nos cepillemos correctamente, de que los dientes crezcan correctamente y revisa que no tengamos caries. También nos revisa los dientes y las encías cuando nos duele la boca. El/la asistente dental ayuda al dentista. El/la higienista dental nos limpia los dientes y elimina la placa y el sarro. El/la recepcionista nos saluda cuando llegamos, contesta el teléfono y hace nuestras citas.

El esquema de cada lección incorpora un guión que incluye ejemplos de respuestas apropiadas.



SECCIÓN 4: RECURSOS

Esta sección incluye recursos para apoyar la implementación del currículo.

Recursos basados en competencias

[Guías de recursos de RMC](#)

[Estándares Nacionales de Educación en Salud](#)

Recursos de salud dental

[Fumar es horrible](#) Kids Health

[Tabaco sin humo](#) Kids Health

[Fumar](#) Kids Health

[Tabaquismo, enfermedad de las encías y caída de los dientes](#) Center for Disease Control and Prevention

[El tabaco y la salud bucal](#) Oral Health Foundation

[¿Qué consecuencias trae el consumo de tabaco para la salud física?](#) National Institute on Drug Abuse

[Tabaco](#) Organización Mundial de la Salud

[Cúdate bien los dientes](#) Kids Health

[¿Qué es una caries?](#) Kids Health

[Enfermedad de las encías](#) Kids Health

[El cuidado de tu dentadura](#) Kids Health

[¿Cuáles son los mejores alimentos para tener encías saludables?](#) Colgate

[Nutrición y salud bucal](#) Colgate

[Vapear: lo que necesitas saber](#) Kids Health

[Come de forma saludable fuera de casa](#) Kids Health

[Enfermedades dentales por mala alimentación](#) Sanitas



SECCIÓN 5: REFERENCIAS

Benes, S., & Alperin, H. (2016). The essentials of teaching health education: Curriculum, instruction, and assessment. Human Kinetics

Centers for Disease Control and Prevention. (2019, May 9). Characteristics of effective health education curricula - SHER | Healthy schools | CDC. <https://www.cdc.gov/healthyschools/sher/characteristics/index.htm>

RMC Health. (2023). Resources & Tools: Health Skills. <https://www.rmc.org/resources-tools/>

SHAPE America. (2023). National health education standards (NHES). Physical Education and Health Education-Shape America. <https://www.shapeamerica.org/standards/health/?hkey=6e00dd03-1a27-4f65-9066-157ce6013356>

