



Boletín Informativo



INSTITUTO POLITÉCNICO NACIONAL
Coordinación de Centros de Desarrollo Infantil

Regreso A Clases Bajo Una Nueva Modalidad “Aprende En Casa”

Es importante ayudar a los niños a sobrellevar la vida en casa sin ir a la escuela, por la situación prevaleciente en el mundo (pandemia covid-19) en estos momentos.

Debemos platicar con ellos y hacerles saber que muchos niños alrededor del mundo se encuentran en la misma situación y es temporal. es probable que algunos experimenten ansiedad, pues para ellos, aunque parezcan “vacaciones” o algunos padres lo manejen así lo que viven ahora no es normal, pues pasan días y noches sin salir de casa no tienen contacto con sus amigos, y no realizan actividades como regularmente lo hacían.

Es importante crear o tener una rutina consistente clara, por ejemplo un par de horas de estudio por la mañana o alguna actividad recreativa en algún horario específico por la tarde, realizar manualidades y actividades lúdicas en otro momento en el que ustedes papás jueguen con ellos (rompecabezas, dominós, memoramas, dibujar, iluminar, etc.), todo esto les ayuda a manejar sus emociones, también se recomienda, según sus posibilidades y edad de sus hijos, llamarles por teléfono o hacer video llamadas a sus compañeritos para mantenerlos en contacto.

Si un niño no tiene con quién jugar durante este tiempo necesitaremos que los padres sean creativos, afectuosos con su hijo, jueguen con él y le dediquen un tiempo sólo para él o ella.

salir de casa ya no es tan fácil, los que tengan jardín, terraza, patio o balcón pueden usarlos para tomar aire y / o hacer ejercicio (si no contamos con este espacio acondicionarlo) ya que este es importante para su salud física y mental.

Brindémosles lo necesario, atención, afecto, límites (no gritos, no golpes, sólo hablar con firmeza) y oportunidades de seguir desarrollándose en armonía y hagan de cada actividad un momento de aprendizaje y de esta manera favorecer su desarrollo integral.

Texto realizado por el Área de Psicología, CENDI “CBB”



La Importancia de Reforzar Los Hábitos de Higiene

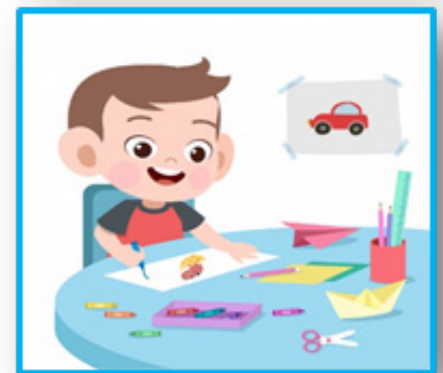
Beneficios

- La presentación personal me permite sentirme seguro.
- Me previene de enfermedades.
- Evito contagiar a los demás.
- Me mantiene en óptimas condiciones para aprender.



Responsabilidad

- Estar a tiempo para iniciar mis clases.
- Cuidar y tener en orden mis materiales escolares.
- Tener un espacio asignado para trabajar.



Comunicación

- Verbal con padres de familia a través de medio de comunicación para brindar apoyo y orientación.



Corporal y visual que expresan los hijos donde manifiestan el estado de ánimo en el que se encuentran, y poder brindar como padres seguridad, confianza y afecto.

TÉCNICAS DE CEPILLADO DENTAL

Existen varias técnicas de cepillado dental entre las cuales elegir a la hora de higienizar nuestra boca. Cada una de ellas hace Foco en un objetivo diferente y muchas de ellas pueden aplicarse, tanto a cepillos manuales como eléctrico.

EXISTEN DIFERENTES TÉCNICAS DE CEPILLADO:

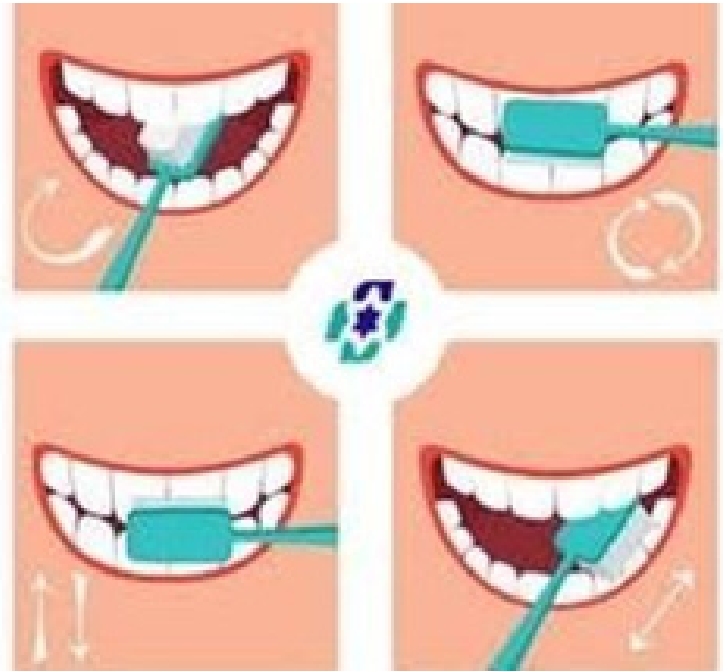
- TÉCNICA DE BASS
- TÉCNICA DE BASS MODIFICADA
- TÉCNICA DE CHARTERS
- TÉCNICA DE STILLMAN MODIFICADA
- TÉCNICA DE HORIZONTAL O DE FONES



TÉCNICAS DE CEPILLADO DENTAL

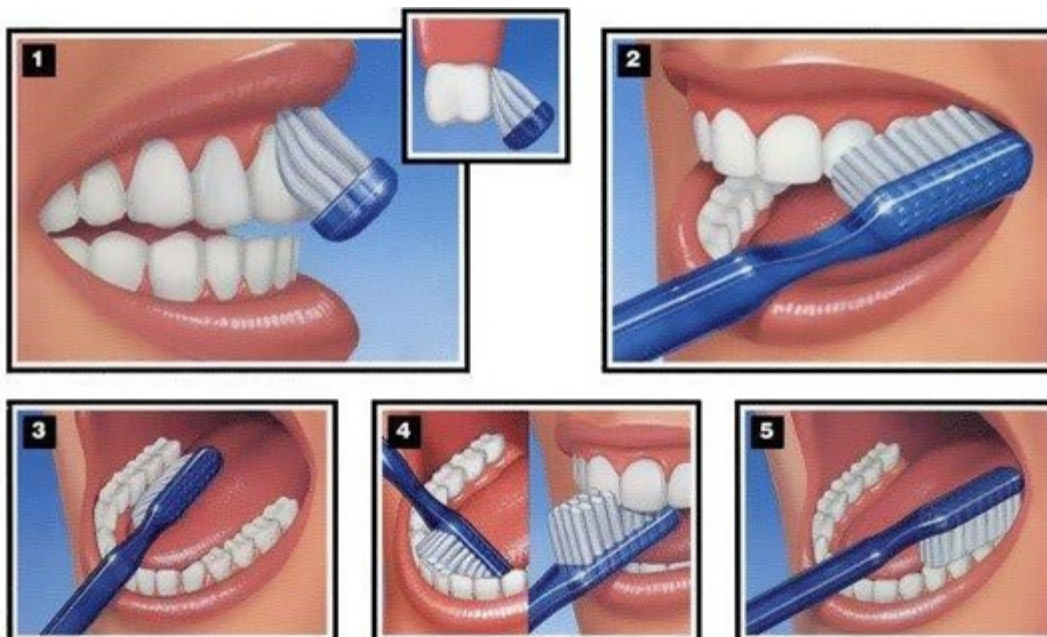
TÉCNICA DE BASS

En esta técnica de cepillado dental el cepillo se coloca en ángulo de 45 grados contra la unión del diente con la encía, luego se realiza un movimiento horizontal para eliminar la placa bacteriana. Para las caras internas de los incisivos superiores e inferiores, se cepilla verticalmente con el cepillo. La superficie de masticación de los molares y premolares se cepilla por medio de movimientos de frotamiento hacia adelante y atrás.



TÉCNICA DE BASS MODIFICADA

Se coloca el cepillo con una inclinación de 45° respecto al eje axial de los dientes y se presiona ligeramente contra el surco gingival. Se trata de realizar unos movimientos vibratorios anteroposteriores, pero sin desplazar el cepillo de su punto de apoyo. Deben ser movimientos muy cortos para que las cerdas se flexionen sobre sus propios ejes y las puntas no se desplacen de los puntos de apoyo. En la cara masticatoria de los dientes se aplican movimientos de fregado rápido para eliminar todos los restos de alimentos.



TÉCNICAS DE CEPILLADO DENTAL

TÉCNICA DE CHARTERS

- El cepillo se coloca a 45° respecto del eje mayor del diente y las cerdas del cepillo se dirigen hacia la superficie masticatoria de los dientes. Las cerdas se fuerzan para que penetren en el espacio que está entre los dientes con un ligero movimiento rotatorio desde la zona de masticación hacia la encía.
- Los lados de las cerdas contactan con el margen de la encía produciendo un masaje que se repite en cada diente. Las superficies masticatorias se limpian con un movimiento rotatorio ligero. En la cara interna de los dientes anteriores el cepillo se coloca verticalmente y trabajan solo las cerdas de la punta.
- Esta técnica es eficaz cuando hay aplanamiento de las papilas interdientarias, es decir, cuando la zona de encía que se encuentra entre diente y diente es más plana, dejando un espacio entre ellos, ya que permite la penetración de las cerdas

TÉCNICA DE STILLMAN MODIFICADA

- Las cerdas se colocan a 45° respecto de la raíz de los dientes sobre la zona de la encía, en una posición similar al método rotatorio, descansando parcialmente en la encía. El cepillo se sitúa de forma horizontal ejecutando un movimiento hacia la zona oclusal, es decir, el borde de los dientes anteriores o la zona de masticación de los posteriores.
- Se hace un barrido desde la encía hacia el diente, de esta manera se limpia la zona interproximal (interdental) y se masajea el tejido gingival, evitando enfermedades dentales.

TÉCNICA HORIZONTAL O DE FONES

Las cerdas del cepillo se colocan a 90° con respecto al eje mayor del diente y el cepillo se mueve de atrás hacia delante como en el barrido. Esta técnica se recomienda para niños pequeños o en personas con habilidades manuales disminuidas, es recomendable que los padres cepillen los dientes de los niños hasta que éstos tengan entre 9 y 10 años y puedan hacerlo por sí solos.





Agradecemos la participación y colaboración para la elaboración de este Boletín al equipo técnico de la COCENDI y al CENDI “Clementina Batalla de Bassols” como de su directora la Lic. Socorro Nieves Oliver, las cuales se encargaron del contenido de dicho boletín.

AUTORAS Y AUTORES:

ÁREA DE PSICOLOGÍA

ÁREA DE TRABAJO SOCIAL

LIC. BLANCA GARCIA RODRÍGUEZ

ÁREA DENTAL

C.D. DULCE STEPHANIE MIRANDA

MARTÍN DEL CAMPO

DISEÑO EDITORIAL

LIC. FRANCISCO PULIDO MORALES.

Diciembre 2020

