



Me lavo mis dientes

Descripción

in importar la edad de nuestro hijo/a, comenzaremos a hacerlo participe de su higiene bucal, dando la oportunidad de que lave sus dientes y encía.

Objetivos

Incorporar rutinas básicas vinculadas a la higiene, dentro del contexto de su hogar y sensible a sus necesidades personales

Materiales

cepillo de dientes adecuado a la etapa de su hijo/a

Paso a paso

La Actividad

- 1 Al igual que en experiencias anteriores, es importante que nuestro hijo/a comience a participar activamente desde temprana edad en los procesos de higiene diaria. Esto favorecerá que progresivamente adquiera estos hábitos, como también su autonomía para ejecutarlos en distintos contextos.
- 2 Para ello, comenzaremos a comprar el cepillo adecuado; en el mercado encontramos una amplia variedad de estos, especialmente si aún tiene pocos o nada de dientes, existen algunos cepillos de goma que además, servirán para que pueda morder y rascar sus encías.
- 3 Posteriormente, luego de cada período de alimentación, llevaremos a nuestro hijo/a al baño, y le entregaremos su "cepillo". Este proceso requiere siempre de la supervisión del adulto para evitar accidentes, pero a su vez, requiere que pueda explorar el elemento, descubriendo sus características como dureza, largo, facilidad para manipular, etc.
- 4 Luego, tomaremos nuestro cepillo y lavamos nuestros dientes, de manera que pueda observarnos e intuitivamente imitar lo que hacemos. Durante el proceso, felicitamos a nuestro hijo/a por lograr meter el cepillo en su boca y moverlo de un lado a otro. Tras algunos minutos, tomaremos su mano con el cepillo y ayudaremos a pasarlo dentro de su boca, explicando que está limpiando sus dientes y encía, de manera suave y respetuosa. Finalmente felicitamos a nuestro hijo/a, y dejaremos los cepillos guardados. Es importante que este proceso lo realizamos constantemente, ya que como se explicó al principio, será fundamental para sentar este hábito en el futuro.