



# Póngase al día con la salud oral

## Cómo promover la salud oral durante la visita al hogar

Las visitas al hogar son un servicio proporcionado por una amplia gama de miembros del personal, incluidos los trabajadores de servicios familiares, gerentes de salud, maestros y auxiliares de maestros, dentro del hogar a personas embarazadas y madres/padres de niños desde el nacimiento hasta los 5 años. Durante las visitas al hogar, las personas embarazadas y los padres aprenden información importante para mantenerse a sí mismos y a sus hijos sanos y seguros y para apoyar las relaciones entre hijos y padres.

Entre los problemas comunes de salud oral discutidos durante las visitas al hogar pueden incluirse las buenas prácticas de higiene oral, opciones de alimentos saludables, estrategias para prevenir la caries dental y la importancia de las visitas regulares al dentista.

Esta hoja de consejos de Póngase al día con la salud oral analiza por qué es importante promover la salud oral durante las visitas al hogar. También proporciona consejos que el personal de Head Start puede usar para promover la salud oral durante las visitas al hogar.



## Hablar sobre la salud oral durante las visitas al hogar es importante

Compartir información sobre la salud oral con los padres y las personas embarazadas les demuestra que es importante tener una boca sana. Para las personas en edad fértil, una buena salud oral es importante para tener un embarazo saludable. Los cambios hormonales durante el embarazo pueden contribuir a tener encías adoloridas, hinchadas y sangrantes. También conocida como gingivitis del embarazo, esta afección puede influir en la capacidad de una persona para comer alimentos saludables, incluidas frutas y verduras frescas. Esto puede afectar negativamente su salud, así como la salud de su bebé.

La información sobre la salud oral de los niños también se puede compartir durante las visitas al hogar. Un niño al que se le cepillen los dientes dos veces al día con pasta dental con flúor, al que se le den alimentos saludables durante las comidas y refrigerios programados regularmente, y que se lleve a las visitas al dentista también tiene más probabilidades de

mantenerse saludable. Los niños con una boca saludable tienen más probabilidades de no tener dolor ni infección, de comer alimentos saludables y de aprender mejor.

Las visitas al hogar son ideales para compartir formas de promover una buena salud oral. El visitador del hogar puede aprender lo que la familia sabe sobre la salud oral. También es importante averiguar cómo los padres cuidan los dientes de sus hijos y cómo la persona embarazada cuida sus dientes. Esto ayuda al visitador del hogar a darle a cada familia información que satisfaga sus necesidades.

## Consejos para cubrir la salud oral durante las visitas al hogar

- **Fomente la comodidad y la confianza.**

Use preguntas simples que los padres o la persona embarazada puedan responder con sus propias palabras para introducir la salud oral (evite preguntas de sí o no). Sea solidario y fomente buenos comportamientos de salud. Aprenda cómo se toman las decisiones de salud y averigüe qué motiva a los padres o a la persona embarazada a cambiar el comportamiento.



- **Personalice la educación.** Pregúnteles a los padres o a la persona embarazada qué información de salud oral les sería útil saber y qué información es confusa. Asegúrese de que el mensaje sobre la salud oral satisfaga las necesidades de la familia. Pida permiso antes de dar sugerencias. Use imágenes y actividades prácticas para reforzar los mensajes. Proporcione materiales educativos como [Hábitos sanos para sonrisas felices](#) para reforzar los esfuerzos educativos.
- **Ayude a establecer metas.** Ayude a establecer una o dos metas realistas y desarrolle estrategias simples para que aumenten las probabilidades de éxito de la familia. Elogie las metas y estrategias. Sea sensible a por qué los padres o la persona embarazada pueden resistirse a establecer metas. Respete las decisiones de la familia.
- **Dele seguimiento.** En futuras visitas al hogar, verifique el progreso de la familia hacia el cumplimiento de las metas. Ofrezca aliento y apoyo. Repase los mensajes clave y muestre técnicas caseras de atención de la salud oral, si es necesario. Trabaje en equipo para encontrar formas de resolver cualquier problema.

Los visitadores del hogar pueden beneficiarse de la capacitación en [entrevistas motivacionales](#) y otras estrategias para ayudar a las personas embarazadas y a los padres a mejorar su salud oral. Hay capacitación y recursos disponibles en la página de la [Opción basada en el hogar](#). Los [Recursos educativos de salud oral para visitadores del hogar y familias: examen del entorno \(en inglés\)](#), de la Asociación de Directores Dentales Estatales y Territoriales, enumera currículos, materiales audiovisuales y otros recursos que pueden utilizar los visitadores del hogar para promover la salud oral.

Este documento cuenta con el apoyo de la Administración para Niños y Familias (ACF, sigla en inglés) del Departamento de Salud y Servicios Humanos (HHS, sigla en inglés) de los Estados Unidos (EE. UU.) como parte de una adjudicación de ayuda financiera por un total de \$7,582,500 con el 97 % financiado por la ACF y el 3 % por la Administración de Recursos y Servicios de Salud (HRSA, sigla en inglés) del HHS de los EE.UU. El contenido pertenece al/los autor(es) y no refleja necesariamente las opiniones oficiales ni implica un respaldo de la ACF/el HHS ni del Gobierno de los Estados Unidos. Este recurso puede ser reproducido para usos no comerciales sin permiso.



ADMINISTRATION FOR  
**CHILDREN & FAMILIES**



National Center on  
Health, Behavioral Health, and Safety