

PROGRAMA DE ACCIONES PREVENTIVAS Y CUIDADO INCLUSIVO PARA LA SALUD



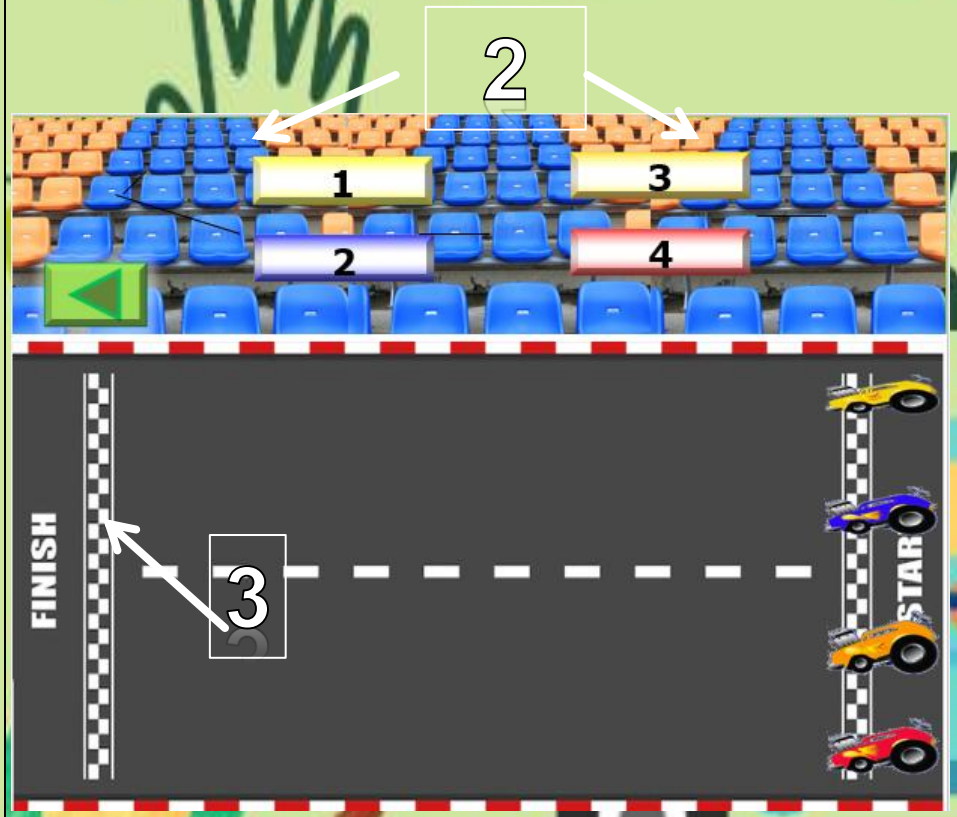
PROGRAMA DE NUTRICION



¿Quién llegará primero?

Click aquí para empezar

Lee con atención



INSTRUCCIONES

1. Dividirse en 2-4 equipos

2. Cada equipo responderá una pregunta según el número que escojan.

Si responden correctamente su carro avanzará.

3. El participante que complete cinco preguntas correctas cruzara la línea de meta y ganara la carrera.

Play

ESCOGE UNA PREGUNTA

1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18
19	20				

El consumo frecuente de frutas y verduras puede aumentar el riesgo de caries dental.

RESPUESTA

Los alimentos ultraprocesados y las bebidas azucaradas favorecen la salud oral.

RESPUESTA

La salud oral está relacionada con los hábitos alimentarios y el tipo de alimentos que se consumen.

RESPUESTA

El cepillado dental debe de hacerse solo una vez al día.

RESPUESTA

Comer frutas como manzana ayuda a limpiar los dientes

RESPUESTA

El cepillo de dientes debe de cambiarse cada 3 meses

RESPUESTA

Dormir sin cepillarse los dientes no afecta la salud oral.

RESPUESTA

¿Cuál de estos alimentos ayuda a tener dientes fuertes?

a) Caramelo

b) Queso

c) Galleta dulce

RESPUESTA

¿Cuál de los siguientes alimentos **favorece la salud bucal?**

a) Gaseosas y dulces
b) Frutas y verduras
c) Panes refinados
d) Alimentos ultra procesados

RESPUESTA

¿Qué debemos usar para limpiar los dientes?

a) Peinilla

b) Cepillo de dientes

c) Jabón

RESPUESTA

¿Qué bebida es mejor para cuidar la boca?

a) Agua

b) Jugo de caja

c) Gaseosa

RESPUESTA

¿Qué pasa si no nos cepillamos los dientes?

a) Se ponen más blancos

b) Se llenan de caries

c) Se hacen más fuertes

RESPUESTA

Muestra con tus manos cómo se hace el cepillado.

RESPUESTA

Verdadero o falso

El consumo frecuente de alimentos ultraprocesados ayuda a fortalecer los tejidos dentales.

RESPUESTA

¿Cuándo fue la última vez que te cepillaste los dientes?

RESPUESTA

¿Qué parte del cuerpo cuidamos cuando usamos hilo dental?

RESPUESTA

¿Qué color tiene tu cepillo de dientes?

RESPUESTA

¿Qué alimentos comes que ayudan a tu sonrisa?

RESPUESTA

Verdadero o *falso*

El agua y los lácteos bajos en azúcar son alimentos y bebidas que favorecen la higiene bucal.

RESPUESTA

Ganas punto y avanzas



RESPUESTA

- FALSO

Falso

Verdadero

Falso

Verdadero

Verdadero

Falso

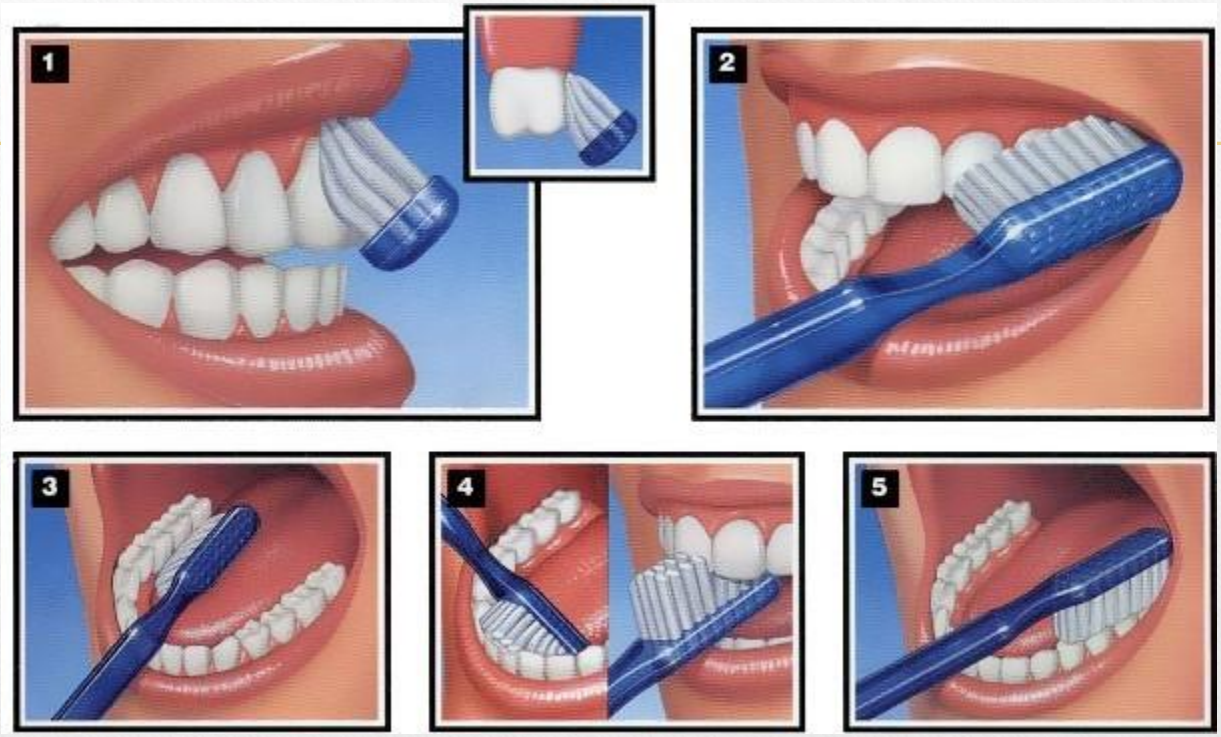
b) Queso

b) Frutas y verduras

b) Cepillo de dientes

a) Agua

b) Se llenan de caries


1
2
3
4
5

Falso

Ganas punto si fue hace menos de 12 horas y avanzas



Los dientes, las encías y el tejido óseo que los soporta

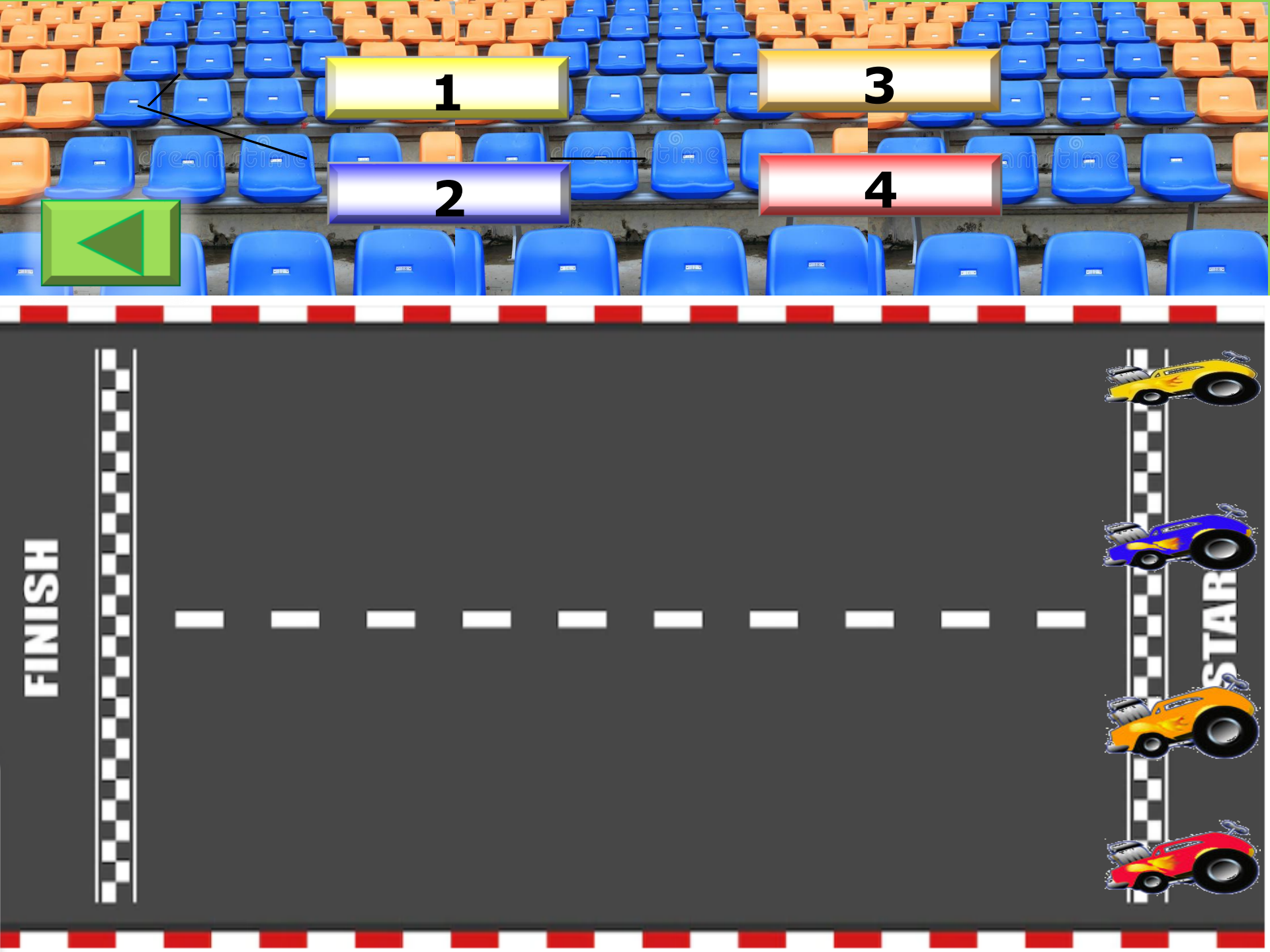
Ganas punto y avanzas




BEST FOODS
FOR YOUR TEETH


FOODS THAT
DAMAGE YOUR TEETH

Verdadero


1
3
2
4
FINISH
START