



Headliner de L.B.J. & C. Head Start.

¡Octubre es el mes de puertas abiertas!



La jornada de puertas abiertas será virtual este año. La jornada de puertas abiertas es de 1 pm a 3 pm. Vaya en vivo con nosotros en Facebook.

Horario de puertas abiertas

- October 4: Bondecroft Head Start
- October 5: Clarkrange Head Start
- October 6: Sparta Head Start
- October 7: RBS Head Start
- October 8: Jamestown Head Start
- October 11: Midway Head Start
- October 12: Livingston Head Start
- October 13: Algood Head Start
- October 14: Crossville Head Start
- October 15: Monterey Head Start
- October 18: Lafayette Head Start
- October 19: Byrdstown Head Start
- October 20: Smithville Head Start
- October 21: Brookside Head Start
- October 22: Celina Head Start
- October 25: Smith County Head Start
- October 26: Gainesboro Head Start
- October 27: Shiloh Head Start
- October 28: South Cookeville Head Start

En este número hablamos de:

CASA ABIERTA	- 1
HIGIENE Y SALUD DENTAL	- 2
DEPARTAMENTO DE BOMBEROS DE COOKEVILLE	- 3
DATOS Y ESTADÍSTICAS DE WIC	- 3
CONSEJOS DE SEGURIDAD PARA HALLOWEEN	- 4

Salud e higiene dental para niños pequeños

FUENTE PROPORCIONADA POR SKY MOORE, ESPECIALISTA EN SALUD INFANTIL
[HTTPS://WWW.HEALTHYCHILDREN.ORG/ENGLISH/HEALTHY-LIVING/ORAL-HEALTH/PAGES/TEETHING-AND-DENTAL-HYGIENE.ASPX](https://www.healthychildren.org/english/healthy-living/oral-health/pages/teething-and-dental-hygiene.aspx)

Como puede adivinar, el problema dental número uno entre los niños en edad preescolar es la caries dental.

- Uno de cada 10 niños de dos años ya tiene una o más caries
- A los tres años, el 28% de los niños tienen una o más caries.
- A los cinco años, casi el 50% de los niños tienen una o más caries.

Muchos padres asumen que las caries en los dientes de leche no importan, porque de todos modos se perderán. Pero eso no es cierto. La caries dental en los dientes de leche puede afectar negativamente a los dientes permanentes y provocar problemas dentales en el futuro.



Enseñar buenos hábitos dentales

La mejor forma de proteger los dientes de su hijo es enseñarle buenos hábitos dentales. Deberá supervisarlos y ayudarlo para que el cepillo elimine toda la placa, los depósitos blandos y pegajosos que contienen bacterias que se acumulan en los dientes y provocan la caries. Además, esté atento a las áreas de manchas marrones o blancas que podrían ser signos de descomposición temprana.

Cepillarse los dientes

Tan pronto como a su hijo le salga un diente, debe ayudarlo a cepillarse los dientes dos veces al día con una mancha (del tamaño de un grano de arroz) de pasta dental con flúor en un cepillo de dientes de tamaño infantil que tenga cerdas suaves.

A los 3 años, puede comenzar a usar una cantidad de pasta dental con flúor del tamaño de un guisante, que ayuda a prevenir las caries. También trate de enseñarle a su hijo a no tragarlo, aunque a esta edad a menudo todavía es demasiado pequeño para aprender a enjuagarse y escupir. Ingerir demasiada pasta de dientes con flúor puede producir manchas blancas o marrones en los dientes permanentes de su hijo.

Movimiento de cepillado

Escuchará todo tipo de consejos sobre si el mejor movimiento de cepillado es hacia arriba y hacia abajo, hacia adelante y hacia atrás o en círculos. La verdad es que la dirección realmente no importa. Lo importante es limpiar cada diente a fondo, superior e inferior, por dentro y por fuera. Por cierto, un niño no puede cepillarse los dientes sin ayuda hasta que sea mayor, entre los seis y los ocho años. Asegúrese de supervisar o cepillar si es necesario.

Demasiada azúcar

Además de cepillarse los dientes con regularidad con la cantidad adecuada de pasta dental con flúor, la dieta de su hijo jugará un papel clave en su salud dental. Y, por supuesto, el azúcar es el gran villano. Los alimentos con "azúcar pegajosa", como el caramelo pegajoso, el toffee, la goma de mascar y las frutas secas, especialmente cuando se quedan en la boca y le bañan los dientes en azúcar durante horas, podrían causar daños graves.

Chequeos dentales

Durante las visitas regulares de niño sano, el pediatra revisará los dientes y las encías de su hijo para asegurarse de su salud. Si nota problemas, puede derivar a su hijo a un dentista pediátrico (pedodoncista). Tanto la Academia Estadounidense de Pediatría como la Academia Estadounidense de Odontología Pediátrica recomiendan que todos los niños consulten a un dentista pediátrico y establezcan un "hogar dental" antes de cumplir un año. Como parte de su revisión dental, el dentista se asegurará de que todos los dientes se desarrollen normalmente y le dará más consejos sobre la higiene adecuada. También puede aplicar una solución de fluoruro tópica para brindar protección adicional contra las caries. Si vive en un área donde el agua no está fluorada, puede recetarle gotas de fluoruro o tabletas masticables para su niño pequeño.

El Departamento de Bomberos de Cookeville se asocia con el Jefe de Bomberos del Estado para proporcionar instalaciones de alarmas de humo en el hogar. Las alarmas contra incendios son GRATUITAS pero deben ser instaladas por el departamento de bomberos.

SOLO para residentes del condado de Putnam.

Los suministros son limitados, así que llame al (931) 520-5255.

Datos y estadísticas de WIC

Fuente proporcionada por: Valerie Scrivnor, especialista en nutrición infantil
<https://www.tn.gov/health/health-program-areas/fhw/wic/redirect-wic/data-stats.html>

Obesidad y sobrepeso en la primera infancia

El sobrepeso u obesidad se define como un peso corporal excesivamente alto en relación con la altura. El índice de masa corporal (o IMC) es una medida que se usa para comparar el peso con la altura. En los niños, el IMC se compara con niños de la misma edad y sexo, utilizando las tablas de crecimiento de los CDC para determinar el percentil de IMC por edad y sexo.

Los niños que tienen obesidad tienen un mayor riesgo de: diabetes tipo 2, problemas respiratorios (como asma o apnea del sueño) y obesidad en la edad adulta.

Un niño se clasifica como obeso, con sobrepeso, peso normal o saludable o bajo peso.

- Obeso (IMC por encima del percentil 95)
- Sobrepeso (IMC por encima del percentil 85 pero por debajo del percentil 95)
- Peso normal o saludable (IMC por encima del percentil 5 pero por debajo del percentil 85)
- Peso insuficiente (IMC por debajo del percentil 5)

Tasas de obesidad entre los niños de WIC, de 2 a 4 años

El programa WIC proporciona alimentos, educación y servicios nutritivos a aproximadamente 4 millones de niños menores de 5 años. Se ha demostrado que los servicios de WIC tienen resultados positivos en la promoción de un peso saludable y dietas nutricionalmente equilibradas para los niños participantes.

Según el Estado de la obesidad infantil más reciente publicado por la Fundación Robert Wood Johnson (RWJF), la tasa de obesidad entre los niños de 2 a 4 años inscritos en WIC ha disminuido.

En 2016, el 13.9% de los niños de WIC de 2 a 4 años tenían obesidad, en comparación con el 15.9% en 2010. Las tasas de obesidad estatales oscilaron entre el 7.8% y el 19.8%.

Programa WIC de Tennessee: sobrepeso y obesidad en la primera infancia

Entre los niños de 2 a 4 años inscritos en Tennessee WIC, se consideró que aproximadamente 1 de cada 3 (31,2%) tenía sobrepeso u obesidad en 2020. El 18,4% de los niños de WIC tenían un IMC por encima del percentil 95 en comparación con el 13,4% en 2019.

Se observaron tasas más altas de obesidad por:

- Niños (19,4%) frente a niñas (17,3%)
- 3 años (19,4%) en comparación con 2 años (19,3%) y 4 años (16,2%)
- Niños blancos (19,3%) en comparación con niños negros (15,6%) y niños de otras razas (12,3%)

Las tasas de obesidad excedieron la tasa estatal en 48 condados, y las tasas de obesidad a nivel de condado variaron del 8.0 por ciento al 35.6 por ciento. Entre 2016 y 2020, Tennessee WIC no hubo cambios estadísticamente significativos en la obesidad entre los niños participantes.



Halloween Feliz. Saludable y Seguro

Fuente: www.cdc.gov

Halloween es una fiesta divertida importante para muchas familias. Como el año 2020, Halloween se verá diferente a años pasados, pero aún puede ser agradable con las medidas de seguridad adecuadas.

Para proteger a los que hacen truco o trato y evitar la propagación del COVID-19 y otras enfermedades respiratorias, debemos continuar manteniendo la distancia física, usar cubiertas para la cara, evitar grandes reuniones y lavarnos las manos con frecuencia. Busque alternativas más seguras para celebrar con un distanciamiento adecuado y la aplicación de cubrirse la cara.

Riesgo Bajo

- Tallar o decorar calabazas con miembros de su hogar o al aire libre con vecinos y amigos
- Decora el interior y el exterior de tu casa.
- Búsqueda del tesoro en interiores para miembros del hogar o al aire libre para niños que caminan de casa en casa admirando las decoraciones.
- Concurso virtual de disfraces de Halloween
- Noche de películas de Halloween con miembros de la familia.



Riesgo Medio

- Noche de películas de Halloween al aire libre con familiares y amigos locales.
- Desfile de disfraces al aire libre o fiesta en grupos pequeños
- Bosque embrujado de un solo sentido al aire libre
- Visite un huerto o un huerto de calabazas donde se requiera el uso de desinfectante para manos antes de tocar calabazas o manzanas

LBJ & C. Head Start es una agencia de Objeto Limitado servir Clay, Cumberland, Dekalb, Fentress, Jackson, Macon, Overton, Pickett, Putnam, Smith, Warren y Blanco Condados. La participación de los padres no se requiere como condición para la inscripción de sus hijos. La participación es voluntaria. Sin embargo, Head Start necesita de entrada de los padres en todos los aspectos del programa de Head Start. Financiado por el Departamento de Salud y Servicios Humanos, Administración de Estados Unidos para Niños y Familias. LBJ & C. Development Corporation es una Agencia de Igualdad de Oportunidades. La agencia no discrimina por razones no mérito como la raza, color, religión, sexo, origen nacional, edad, estado civil, afiliación política, preferencia sexual, o individuos calificados con discapacidades mentales y físicas. El 504 / ADA / Título VI Persona de contacto: Barbara Pendergrass (931) 528 a 3361. Para la reimpresión de este boletín, póngase en contacto con nosotros al (931) 528 hasta 3,361 mil, envíenos un correo electrónico a information@lbjc.org, o por fax al (931) 528-2409.

Aplica ya

Pueden postularse todos los niños elegibles de edad. Sirviendo a los niños 3 y 4 años, incluidos niños con discapacidad.
www.lbjc.org

L.B.J. & C. Head Start

1150 Chocolate Dr
Cookeville, TN 38501
(931) 528-3361

Eventos, consejos para padres, hitos del desarrollo y más ...

L.B.J. & C. Head Start es su fuente confiable de información sobre educación infantil.

facebook

<https://www.facebook.com/lbjc.headstart.5>

O visite nuestro sitio web:

<https://www.lbjc.org>