

## CONCURSO “MEJOR SONRISA ESCOLAR 2011”

### CUESTIONARIO NIVEL INICIAL

#### **IMPORTANTE**

*La prueba es de conocimientos no de memoria, puedes responder las preguntas con tus propias palabras y ejemplos. Tomaremos en cuenta tus repuestas correctas y la forma cómo respondes.*

#### **1. ¿Cómo cuidamos nuestros dientes?**

Cepillándonos los dientes después de cada comida, comiendo alimentos saludables y visitando al dentista.

#### **2. ¿Cómo debo lavarme los dientes?**

De arriba para abajo, por fuera y por dentro, en mis muelitas en forma redondita y la lengua, como barriendo nuestros dientecitos.

#### **3. ¿Cada cuánto tiempo debo cambiar mi cepillo?**

Cada tres meses o cuando esté gastado.

#### **4. Di algunos ejemplos de alimento saludable**

- Papaya
- Carne de pollo
- Naranja
- Hígado
- Lentejas
- Quinoa

#### **5. Di algunos ejemplos de alimentos no saludables**

- Caramelos
- Chizitos
- Chocolates
- Chicles
- Gaseosas
- Papitas fritas envasadas

#### **6. ¿Por qué nos da caries?**

Por no cepillarse los dientes después de las comidas y por comer muchos dulces.

#### **7. ¿Qué debemos hacer después de comer la lonchera en el colegio?**

Pedirle a la profesora que nos dé el cepillo para lavarnos los dientes.

#### **8. ¿Debemos compartir el cepillo de dientes?**

No, el cepillo es personal, no se comparte ni con los papás o hermanos, ni con nadie.