



¡CEPÍLLATE Y LIMPIA ENTRE TUS DIENTES PARA TENER UNA SONRISA SANA!

Visite MouthHealthy.org/SmileBuilders para ver más hojas de actividades.

CONSEJOS PARA SONRISAS SANAS



Cepilla tus dientes dos veces al día con pasta dental con fluoruro.



Limpia entre tus dientes a diario.



Lleva una dieta sana que limite bebidas azucaradas y picoteos.



Visita a tu dentista regularmente para prevenir y tratar enfermedades orales.

ADA American
Dental
Association®