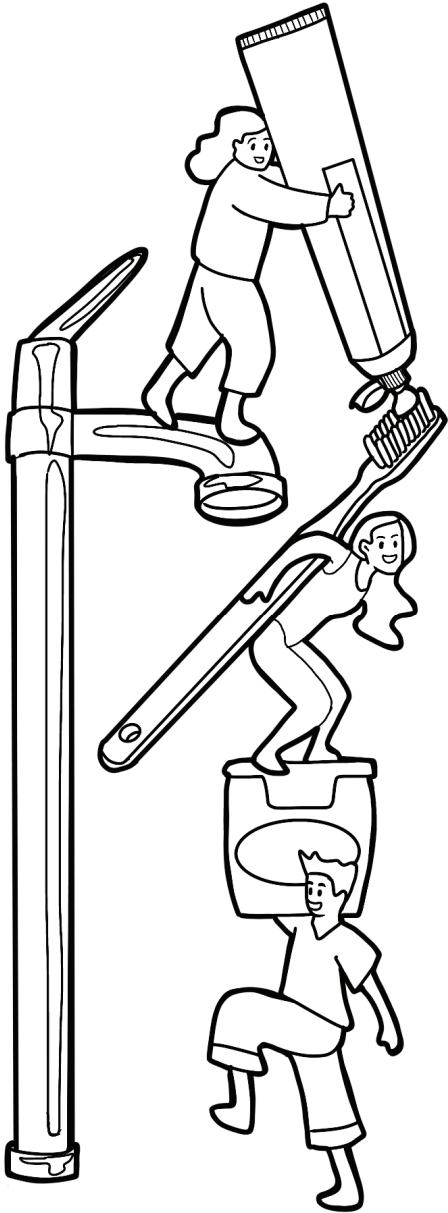


¡Que se vuelva un hábito!

Cepillarse los dientes durante 2 minutos, 2 veces por día mantiene su boca sana y le brinda una sonrisa brillante. Cuando tenga sed, elija el agua del grifo para obtener una sonrisa brillante. Marque las fechas en las esquinas del calendario y después marque las casillas cada vez que se cepille.



☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐

© 2019 AMERICAN DENTAL ASSOCIATION ALL RIGHTS RESERVED.

Celebrando 75 años de fluoración del agua. Para más hojas de actividades, visite ADA.org/FromTheTap.

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.

PATROCINADORES

American Academy of
Pediatric Dentistry

ADA American
Dental
Association®

