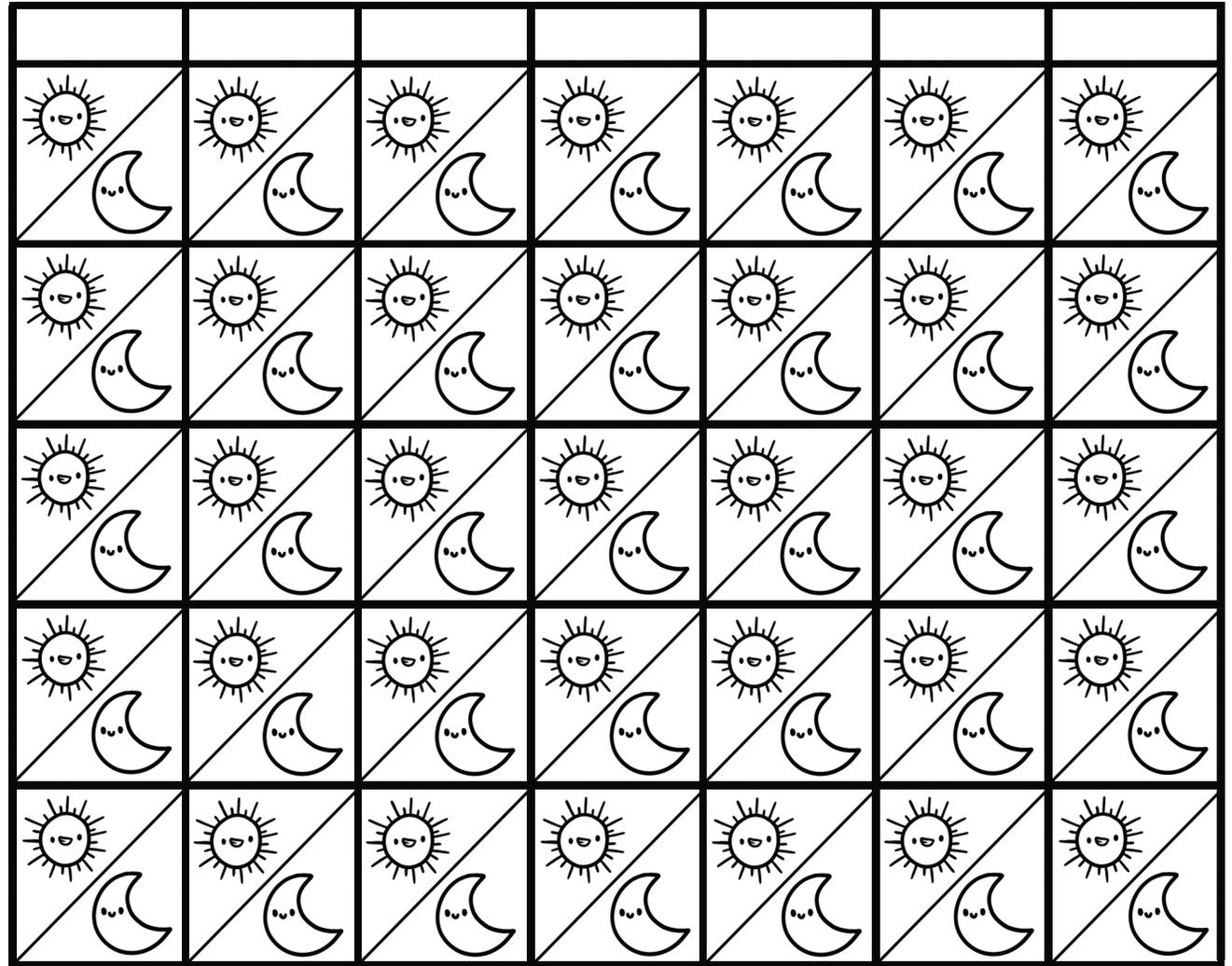


Cepillarse dos veces al día



# Calendario de cepillado de \_\_\_\_\_



© 2021 AMERICAN DENTAL ASSOCIATION ALL RIGHTS RESERVED.

Febrero es el Mes Nacional de la Salud Dental de los Niños. Visite [ADA.org/NCDHM2022](https://www.ada.org/NCDHM2022), donde encontrará 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®