



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

Visite [MouthHealthy.org/SmileBuilders](https://www.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®