



¿Te has cepillado los dientes 2 veces hoy?
¡Colorea los recuadros después de cepillarte!



Domingo								
Lunes								
Martes								
Miércoles								
Jueves								
Viernes								
Sábado								

Visite MouthHealthy.org/ToothTeam 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®