

¡Cepílese dos veces diario para proteger los dientes de las caries!



	1 SEMANA	2 SEMANA	3 SEMANA	4 SEMANA	5 SEMANA
DOMINGO					
LUNES					
MARTES					
MIÉRCOLES					
JUEVES					
VIERNES					
SÁBADO					

© 2022 AMERICAN DENTAL ASSOCIATION ALL RIGHTS RESERVED.

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

CONSEJOS PARA SONRISAS SANAS



CEPÍLESE LOS DIENTES DOS VECES DIARIO CON PASTA DENTAL CON FLUORURO



LIMPIA ENTRE LOS DIENTES TODO LOS DÍAS



COME ALIMENTOS SALUDABLES Y LIMITE REFRESCOS AZUCARADOS



VISITA SU DENTISTA POR LO MENOS DOS VECES AL AÑO

ADA American Dental Association®