

# ¡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®