



# ¡Hábitos Saludables para Sonrisas Saludables!



© 2023 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



CEPÍLLESE 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®