

Sugerencias para Dientes Saludables



ADA American Dental Association*



Cepillarse 2 veces al día por
2 minutos con una pasta fluorizada



Limpiar **entre** los dientes



Evitar alimentos azucarados
incluyendo **sodas y jugos**



Comer una **dieta bien balanceada y saludable**, limitando el consumo de golosinas



Visitar a su **dentista regularmente**

Gracias a nuestros patrocinadores del día de GKAS:



La buena salud oral es una parte importante de la salud en general. Para más sugerencias saludables para sus dientes, visite: MouthHealthy.org