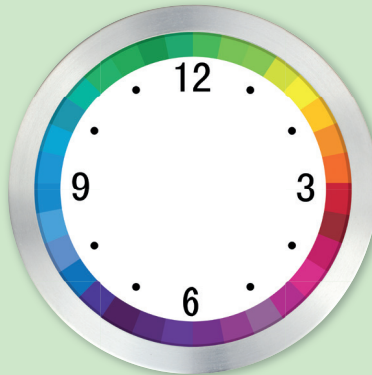


es hora de tener dientes sanos

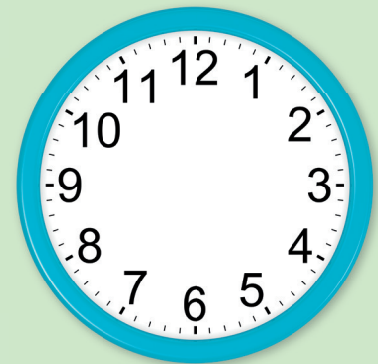
Es posible que no te des cuenta, pero te cuidas la boca desde el momento en que te despiertas hasta el momento en que te duermes. Dibuja agujas de horas y agujas de minutos en los relojes de abajo para indicar a qué hora haces cada una de estas actividades saludables.



Cepillarte los dientes antes de la escuela.



Tomar leche con el almuerzo.



Usar un protector bucal durante el entrenamiento.



Comer un refrigerio saludable.



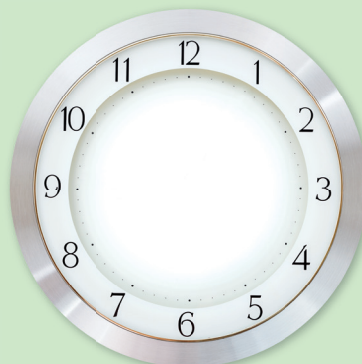
Comer verduras en la cena.



Usar hilo dental.



Comer frutas y huevos en el desayuno.



Cepillarte los dientes antes de acostarte.



Visitar al dentista después de la escuela.