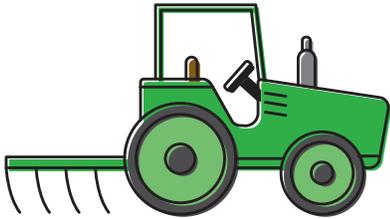


Tu tarea: una sonrisa saludable

Una granja requiere de mucho trabajo. ¡Hace que el cepillado y el uso de hilo dental parezcan tareas bastante simples! Veamos qué se necesita para tener una granja saludable y una sonrisa saludable.

Para una granja saludable:



Labrar y fertilizar
la tierra.



Plantar y regar
los cultivos.



Alimentar y darles agua
a los animales.



Lavar la ropa
y doblarla.



Limpiar el granero
y las herramientas de la granja.



Inventar nombres graciosos
para cada animal.

Para una sonrisa saludable:



Consulta a tu dentista
regularmente para
controles y limpiezas.



Cepíllate dos veces al día
durante dos minutos y
usa hilo dental a diario.



Usa pasta dental con flúor
y un cepillo de cerdas suaves.



Reemplaza tu cepillo de dientes
cada tres meses o antes si
comienza a deshilarse.



Usa un protector bucal
para practicar deportes y
otras actividades físicas.



Mantente hidratado.
¡El agua te hace bien y
mantiene tu boca limpia!