



Cepillarte los dientes siempre después de comer dulces ó golosinas.



Debes cepillar tus dientes por lo menos 3 veces al día, con una pasta dental que contenga flúor.



Recuerda que el cepillado nocturno es el mas importante.

Recuerda visitar al Odontólogo, por lo menos 2 veces al año. Porque a veces las caries no duelen y no se ven.

¿SABÍAS

La Importancia

de la HIGIENE BUCAL?



INSTITUTO PROVINCIAL ODONTOLÓGICO

