

Consejos para prevenir las caries

porque los dientecitos son **MUY importantes**.

- Cepíllele los dientes a su hijo(a) dos veces todos los días con una cantidad de pasta dental del tamaño de un grano de arroz.
- Ofrezca agua y bocadillos saludables entre las comidas, como frutas, verduras, queso y nueces.
- Fíjese si su hijo(a) tiene manchas blancas o de color marrón en los dientes cerca de las encías.
- Sostenga a su hijo mientras le da el biberón en vez de usar un soporte para biberón.
- Use una toallita para limpiarle los dientes después de amamantar.

¡No se olvide de visitar al dentista todos los años!

