

Decálogo

1 uno Cepíllate después de cada comida

2 dos Hazlo por todas partes de los dientes durante 2 minutos

3 tres Cambia de cepillo cada 3 meses

4 cuatro Toma mucha leche y come mucha fruta

5 cinco No tomes muchos dulces...

6 seis ...pero si lo haces, cepíllate después

7 siete No utilices el cepillo de otro

8 ocho Utiliza pasta con flúor

9 nueve Visita al dentista cada 6 meses

10 diez Si estos consejos sigues, conservarás sanos tus dientes toda la vida



NO DO

AYUNTAMIENTO DE SEVILLA

SALUD PÚBLICA Y ESTADÍSTICA