

For parents— Keep your kid's teeth healthy.



Para padres—Mantengan sanos los dientes de su hijo.



BRUSH

Have your child brush his or her teeth 2 times a day for 2 minutes each time using fluoride toothpaste.

CEPILLAR

Haga que su hijo se cepille los dientes 2 veces al día durante 2 minutos cada vez usando pasta de dientes con fluoruro.



FLOSS

Help your child floss once per day to remove food from between teeth.

HILO DENTAL

Ayuden a su hijo a usar hilo dental una vez por día para remover la comida entre los dientes.



EAT HEALTHY

Have your child brush after eating candy or sweets. Limit sugary snacks and soft drinks.

COMER SALUDABLE

Haga que su hijo se cepille después de comer dulces o golosinas. Limiten los bocadillos con azúcar y refrescos.



SEE THE DENTIST

Have your child seen by a dentist 2 times a year (every 6 months).

VER AL DENTISTA

Hagan que su hijo visite al dentista 2 veces por año (cada 6 meses).

Sign up your child for in-school dental care!

Keep their teeth healthy. Visit www.MySchoolDentist.com to sign up your child online, or call 800.409.2563.

¡Registre a su hijo para recibir atención dental en la escuela!

Mantenga sus dientes sanos. Visite www.MySchoolDentist.com para inscribir a su hijo en línea o llame al 800.409.2563.

Hey kids!

Keep your teeth healthy.

Hey niños!—Mantenga sus dientes sanos.



BRUSH

Keep your teeth clean. Brush your teeth for 2 minutes, 2 times a day. Tickle your tongue and brush it too!

CEPILLAR

Mantenga sus dientes limpios. Cepíllate tus dientes durante 2 minutos, 2 veces al día. ¡Háganle cosquillas a su lengua y cepíllenla también!



FLOSS

Use dental floss every day to clean between your teeth and get rid of the gunk.

HILO DENTAL

Usen hilo dental todos los días para limpiar entre los dientes y eliminar todos los posibles restos.



EAT HEALTHY

Make good food choices. Apples and carrots can help keep your teeth cleaner.

COMER SALUDABLE

Hagan buenas elecciones de alimentos. Manzanas y zanahorias pueden ayudar mantener sus dientes más limpios.



SEE THE DENTIST

The dentist will keep your mouth healthy. See a dentist 2 times a year.

VER AL DENTISTA

El dentista les mantendrá la boca saludable. Visiten el dentista 2 veces por año.

