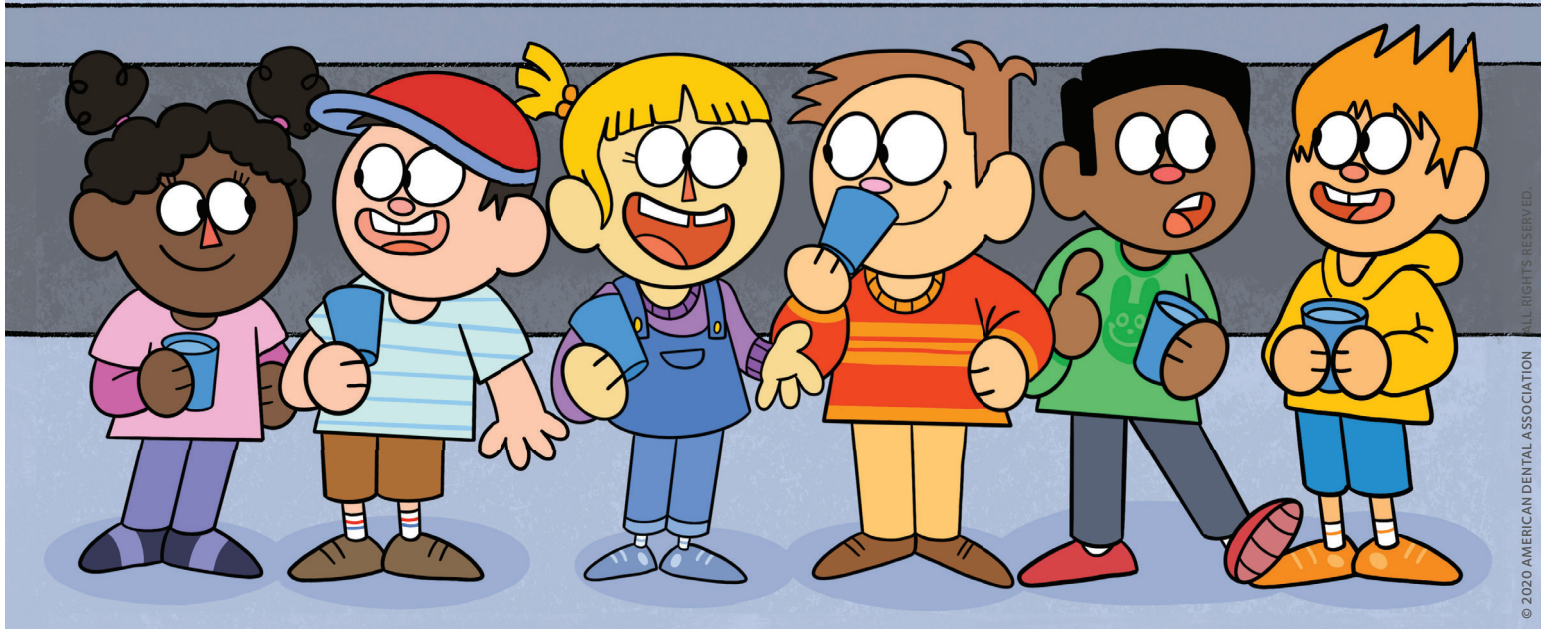


# AGUA



Febrero es el Mes Nacional de la Salud Dental de los Niños. Visite [ADA.org/NCDHM2021](https://www.ada.org/NCDHM2021), donde encontrará hojas de actividades.

## CONSEJOS PARA SONRISAS SANAS

- Cepilla tus dientes dos veces al día con pasta dental con fluoruro.
- Limpia entre tus dientes a diario.
- Lleva una dieta sana que limite bebidas azucaradas y picoteos.
- Visita a tu dentista regularmente para prevenir y tratar enfermedades orales.

## PATROCINADORES



# Dos minutos, dos veces al día

## Consejos de salud oral para su hijo



**Dolor en la boca. Dientes picados. Caries y empastes. Puede hacer algo simple para ayudar a prevenir estos problemas: haga que su hijo se cepille los dientes durante dos minutos, dos veces al día.**

- Cuando al bebé le crezcan los dientes, cepíllelos con un cepillo de dientes para niños y una cantidad de pasta dental con flúor más pequeña que un grano de arroz.
- En cuanto comiencen a crecerles los dientes a los niños menores de 3 años, cepíllelos con un cepillo de dientes para niños y una cantidad de pasta dental con flúor más pequeña que un grano de arroz.
- Para los niños de 3 a 6 años, use la cantidad de pasta dental igual al tamaño de un guisante, y use un poco más para los niños más grandes.
- Alrededor de los 6 años, el niño estará listo para cepillarse sin ayuda, pero permanezca cerca para asegurarse de que se cepille durante dos minutos, dos veces al día.

### ¿Cómo se cuentan dos minutos?

**Haga que el recuento de dos minutos sea divertido para su hijo.**

**Use una de sus canciones favoritas para contar el tiempo:** toque una canción mientras el niño se cepilla. Cuando la canción haya sonado por dos minutos, es hora de parar.

**Toque un video de dos minutos:** use los videos de la página "Watch & Brush" (Mira y cepíllate) en [2min2x.org/watch-brush](http://2min2x.org/watch-brush) para que se divierta durante dos minutos mientras se cepilla.

**Visite [scholastic.com/healthyteeth](http://scholastic.com/healthyteeth), donde encontrará divertidas actividades familiares sobre dientes sanos.**



**Use la aplicación gratuita de Tothsavers:** los personajes de Tothsavers se cepillan los dientes junto a su hijo exactamente durante dos minutos. Obtenga más información en [scholastic.com/healthyteeth](http://scholastic.com/healthyteeth).

Para que el niño tenga dientes fuertes y sanos de por vida, ivisite al dentista y enséñele a su hijo buenas prácticas de cepillado!
















¡Me cepillé durante dos minutos, dos veces al día!

**¡Anoten su progreso!** Imprima copias de este cuadro, disponible en [scholastic.com/healthyteeth](http://scholastic.com/healthyteeth), para que su hijo registre diariamente sus cepilladas por la mañana y por la noche.



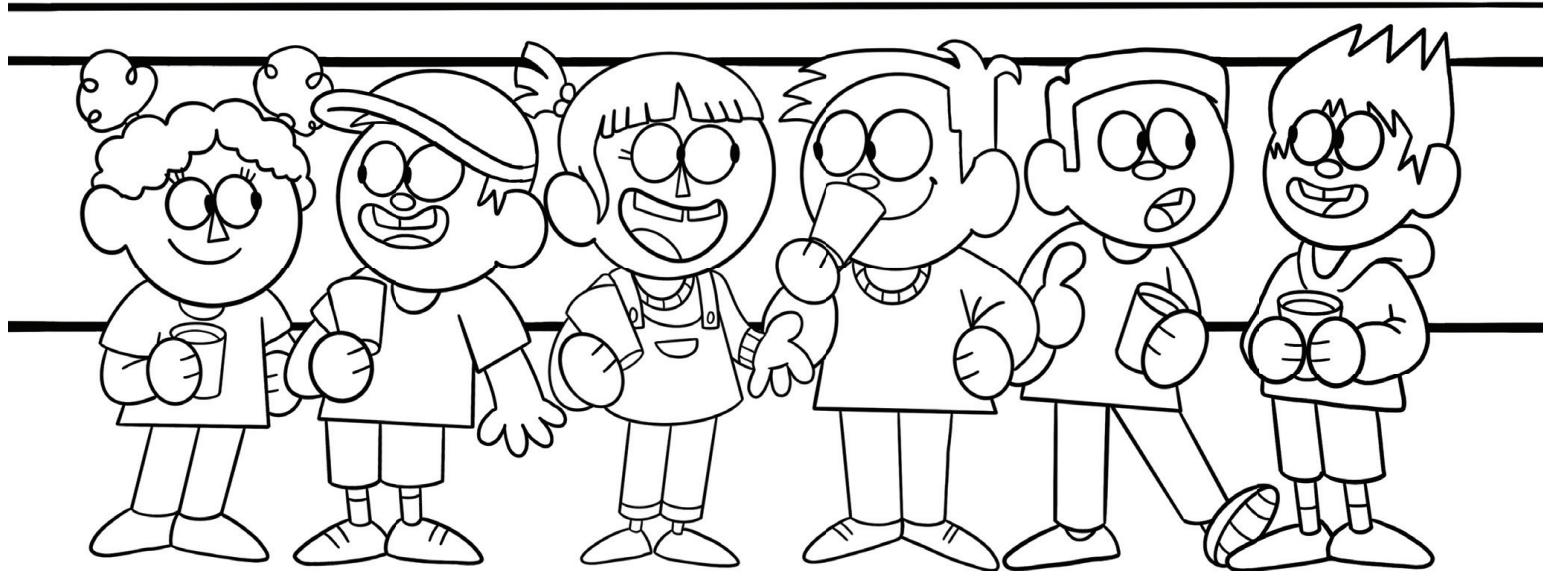
Para obtener más consejos, visite [2min2x.org](http://2min2x.org).

D DOM.	L LUN.	M MAR.	M MIÉ.	J JUE.	V VIE.	S SÁB.
						
						



Me premiarán con \_\_\_\_\_ .

# AGUA



© 2020 AMERICAN DENTAL ASSOCIATION ALL RIGHTS RESERVED.

Febrero es el Mes Nacional de la Salud Dental de los Niños. Visite [ADA.org/NCDHM2021](https://www.ada.org/NCDHM2021), donde encontrará hojas de actividades.

## CONSEJOS PARA SONRISAS SANAS

- Cepilla tus dientes dos veces al día con pasta dental con fluoruro.
- Limpia entre tus dientes a diario.
- Lleva una dieta sana que limite bebidas azucaradas y picoteos.
- Visita a tu dentista regularmente para prevenir y tratar enfermedades orales.

## PATROCINADORES



**ADA** American  
Dental  
Association®

# CRUCIGRAMA



## BANCO DE PALABRAS

Bacterias

Dentista

Saliva

De leche

Fluoruro

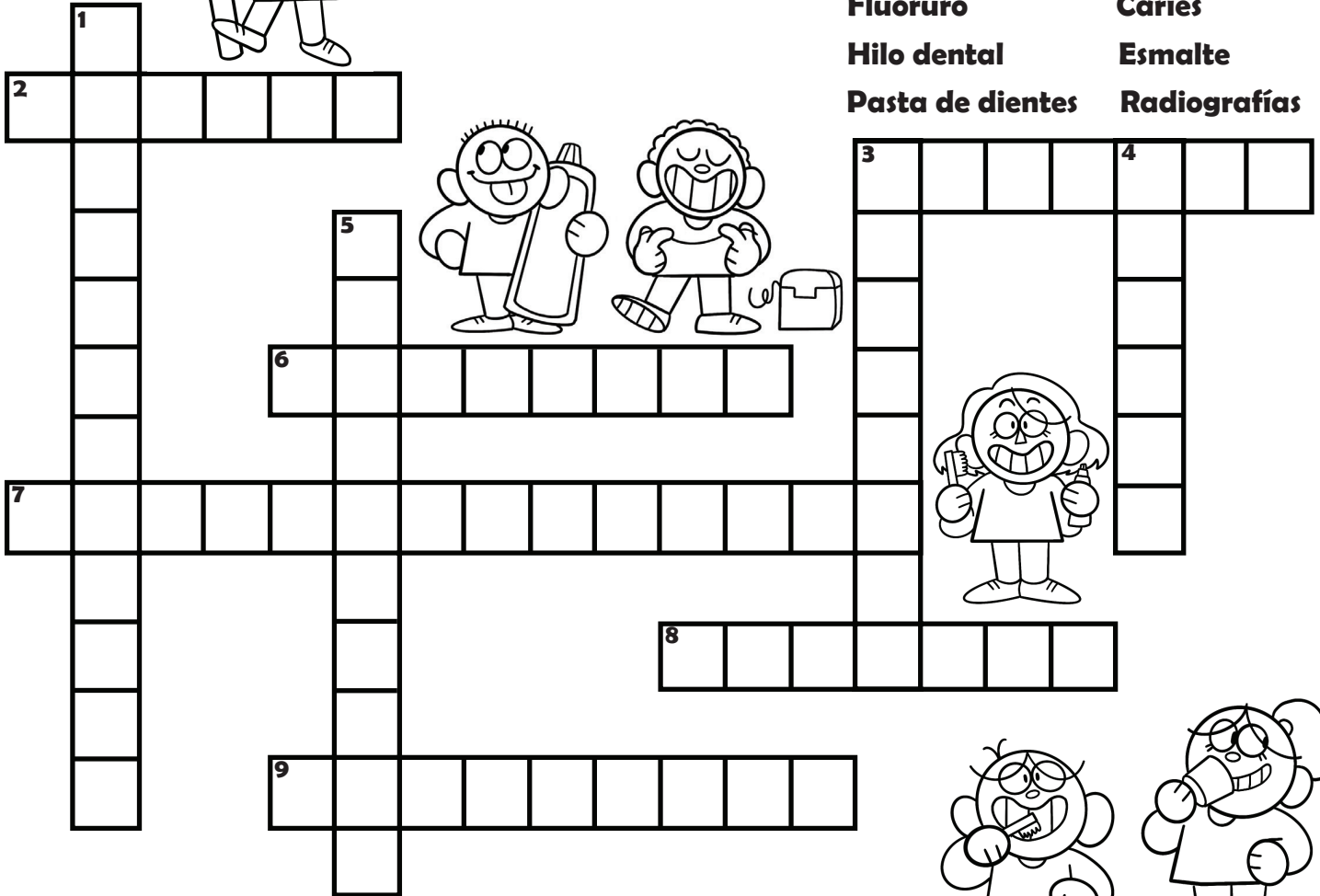
Caries

Hilo dental

Esmalte

Pasta de dientes

Radiografías



## HORIZONTAL

2. Ayuda a desintegrar la comida al tiempo que limpia los dientes y las encías
3. Los primeros dientes se llaman dientes \_\_\_\_
6. Ayuda a proteger los dientes contra las caries
7. Se pone en el cepillo para limpiar los dientes
8. La capa exterior dura de los dientes
9. \_\_\_\_ es otra palabra para gérmenes

## VERTICAL

1. Lo que usa un dentista para inspeccionar dientes
5. Se usa para limpiar entre los dientes
3. El doctor de los dientes
4. Un agujero en un diente es un(a) \_\_\_\_

© 2020 AMERICAN DENTAL ASSOCIATION ALL RIGHTS RESERVED.

Febrero es el Mes Nacional de la Salud Dental de los Niños. Visite [ADA.org/NCDHM2021](https://www.ada.org/NCDHM2021), donde encontrará hojas de actividades.

### CONSEJOS PARA SONRISAS SANAS

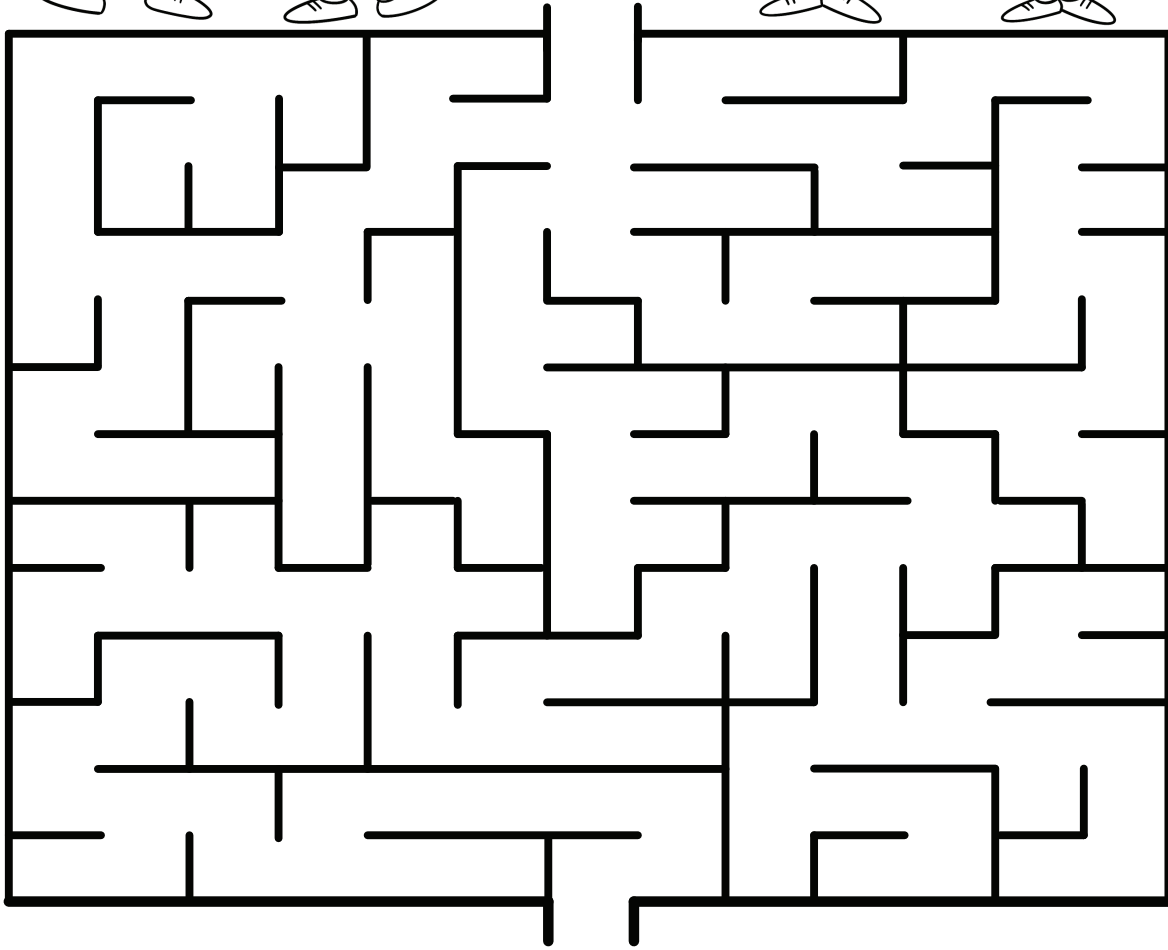
- Cepilla tus dientes dos veces al día con pasta dental con fluoruro.
- Limpia entre tus dientes a diario.
- Lleva una dieta sana que limite bebidas azucaradas y picoteos.
- Visita a tu dentista regularmente para prevenir y tratar enfermedades orales.

### PATROCINADORES



**ADA** American  
Dental  
Association®

# ¡Ayude a los niños con el laberinto para que puedan llegar al agua!



© 2020 AMERICAN DENTAL ASSOCIATION ALL RIGHTS RESERVED.

Febrero es el Mes Nacional de la Salud Dental de los Niños. Visite [ADA.org/NCDHM2021](https://ada.org/NCDHM2021), donde encontrará hojas de actividades.

## CONSEJOS PARA SONRISAS SANAS

- Cepilla tus dientes dos veces al día con pasta dental con fluoruro.
- Limpia entre tus dientes a diario.
- Lleva una dieta sana que limite bebidas azucaradas y picoteos.
- Visita a tu dentista regularmente para prevenir y tratar enfermedades orales.

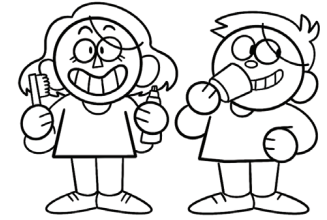
## PATROCINADORES



**ADA** American  
Dental  
Association®



**Cepílese dos veces al día con pasta de dientes con fluoruro y limpie diariamente entre los dientes**



Lunes										
Martes										
Miércoles										
Jueves										
Viernes										
Sábado										
Domingo										

© 2020 AMERICAN DENTAL ASSOCIATION ALL RIGHTS RESERVED.

**Febrero es el Mes Nacional de la Salud Dental de los Niños. Visite [ADA.org/NCDHM2021](https://ada.org/NCDHM2021), donde encontrará hojas de actividades.**

**CONSEJOS  
PARA SONRISAS  
SANAS**

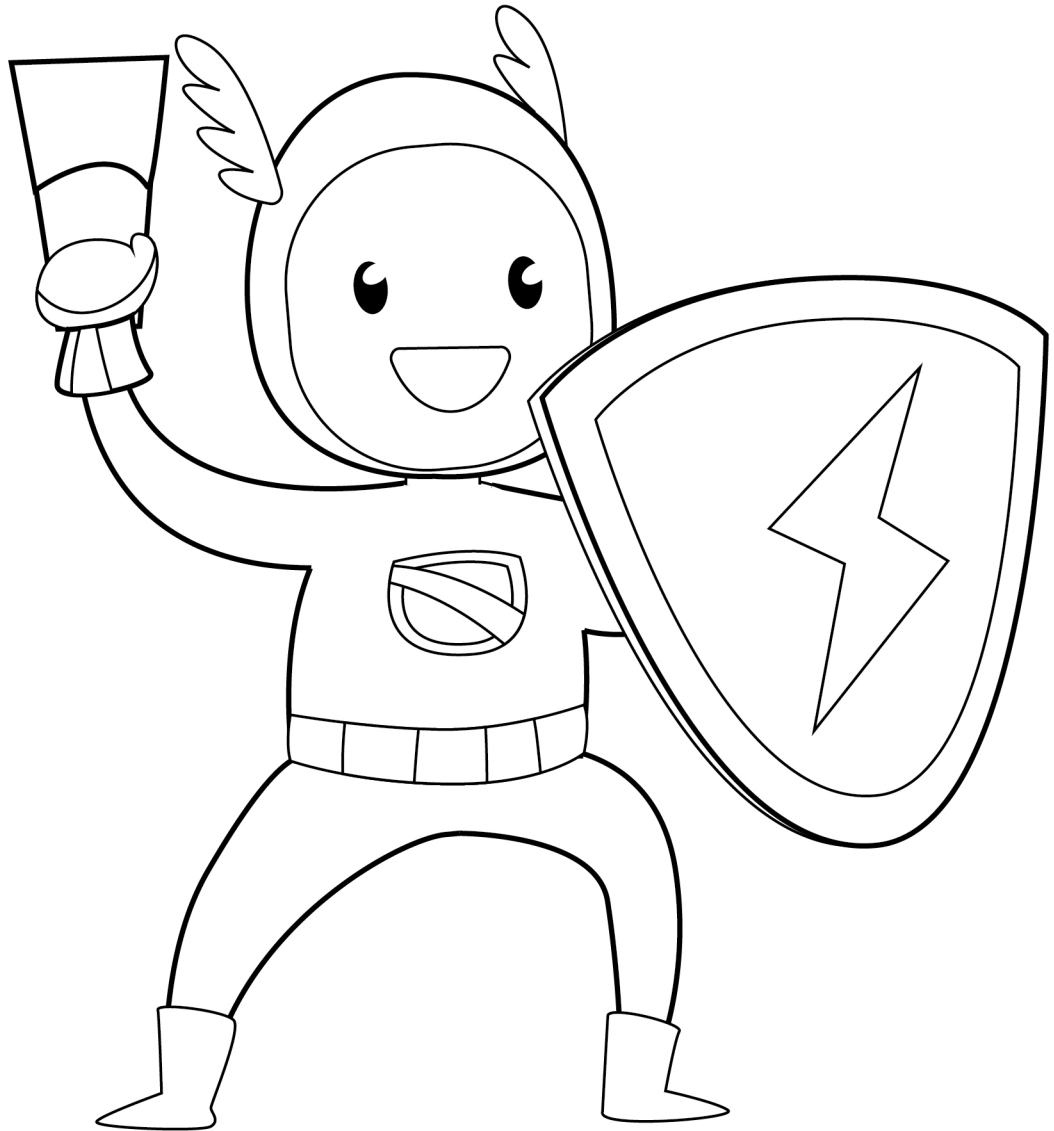
- Cepilla tus dientes dos veces al día con pasta dental con fluoruro.
- Limpia entre tus dientes a diario.
- Lleva una dieta sana que limite bebidas azucaradas y picoteos.
- Visita a tu dentista regularmente para prevenir y tratar enfermedades orales.

**PATROCINADORES**





AMERICA'S PEDIATRIC DENTISTS  
**THE BIG AUTHORITY** on little teeth

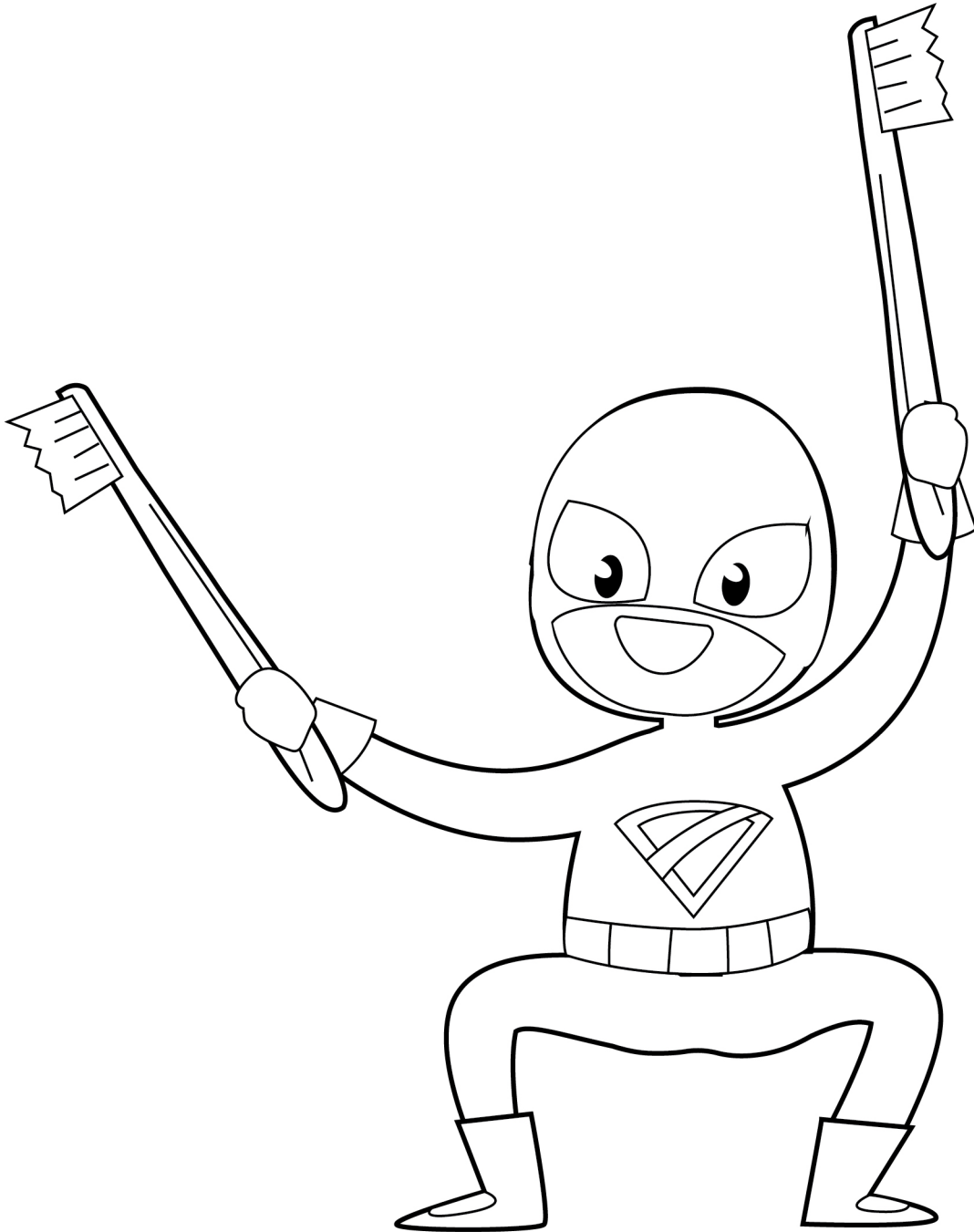


# **THE FLUORIDE FLASH**

Protects himself from the evil Mouth Monsters by drinking fluoridated water which helps put a shield around his teeth.



AMERICA'S PEDIATRIC DENTISTS  
**THE BIG AUTHORITY** on little teeth



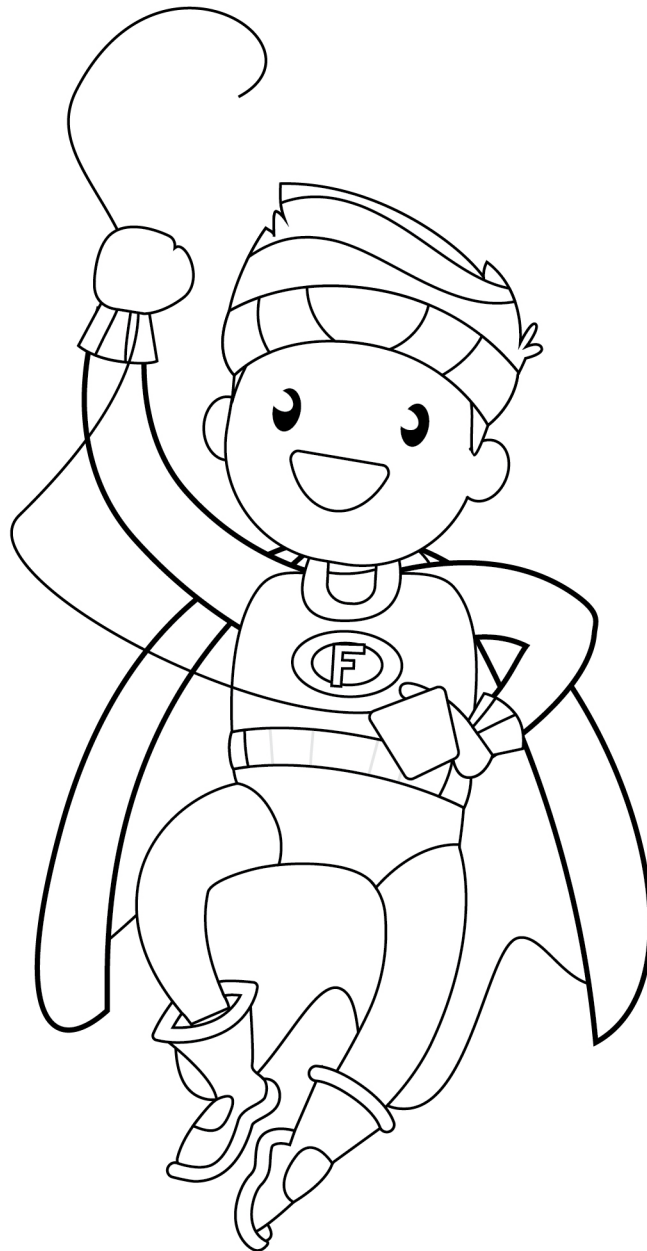
## **BRUSHING BOY**

Always carries a toothbrush to brush away the Mouth Monsters and leads other towards good dental hygiene.





AMERICA'S PEDIATRIC DENTISTS  
**THE BIG AUTHORITY** on little teeth



# **FLYING FLOSSER**

Flosses twice a day to keep the Mouth Monsters away and  
uses the excess floss to save others from cavity causing  
foods all over town!



AMERICA'S PEDIATRIC DENTISTS  
**THE BIG AUTHORITY** on little teeth



# **DIAMOND DENTIST**

Sees a pediatric dentist twice a year to maintain her blindingly white smile that stops the Mouth Monsters in their tracks!



AMERICA'S PEDIATRIC DENTISTS  
**THE BIG AUTHORITY** on little teeth



# **CAVITY CLASHER**

Uses strong oral hygiene practices to never miss a day of school by staying super strong and Mouth Monster free!