

# UCLA Early Head Start

## 5 Consejos En Como Mantener Los Dientes Saludable

**1**



Cepillarlos por lo menos 2 veces al día. Si tu bebé todavía no tiene dientes, utiliza algún tipo de tela o toallita suave para limpiárselos.

**2**



Una vez que a tu bebé le brote su primer dientito llévalo al dentista, y después de su primer visita llévalo cada 6 meses. Comparte con nosotros su primera visita al doctor.

#UCLAEarlyHeadStart, #Babyfirstdentalvisit

**3**



Limítale el consumo de dulces, jugos o todo tipo de bebidas azucaradas, pero si llegara a tomar estas bebidas, no olvides enjuagarle sus dientitos inmediatamente con agua.

**4.**



Háblale de la importancia de mantener unos dientes saludables!

**5**



Comer saludable!