



TIPS FOR YOUR CHILD'S FIRST 5 YEARS

DENTAL

- 1 Visit the dentist before first birthday for regular checkups
- 2 Help brush your child's teeth until the age of eight
- 3 Brush twice daily, morning and night, with a fluoride toothpaste
- 4 Choose water instead of soda and juice
- 5 Avoid passing bacteria to your child by not sharing food and utensils



**FIRST 5
LA**

Champions For Our Children

Resources for families and kids 0-5

1-888-347-7855 • www.first5la.org



CONSEJOS PARA LOS PRIMEROS 5 AÑOS DE TU HIJO

CUIDADO DENTAL

- 1 Lleva a tu niño a exámenes dentales de rutina antes de que cumpla un año
- 2 Ayuda a tu hijo a cepillarse los dientes hasta la edad de ocho años
- 3 Asegúrate de que se cepille los dientes dos veces al día, mañana y noche, usando una pasta dental con fluoruro
- 4 Motívalo a que beba agua en vez de refrescos y jugos
- 5 Eviten compartir el mismo bocado y los cubiertos para no pasarse bacterias



**FIRST 5
LA**

Champions For Our Children

Recursos para familias y niños 0-5

1-888-347-7855 • www.first5la.org