

Did you know you can catch a cavity?



Mom had a dental **check-up** and got all her needed dental treatment.

Mom chooses gum or mints that have **Xylitol** and brushes twice a day with **fluoride** toothpaste.



Baby arrives! Mom **wipes** off baby's gums before bed.

Mom cleaned **pacifier** off with soap and water.



Dad put **water** in baby's **bottle** at bedtime.

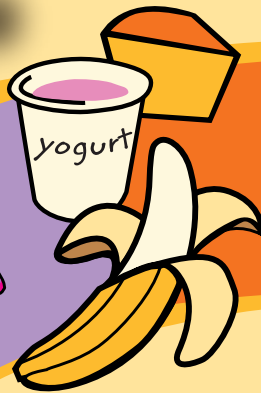


Yay! First tooth. Baby gets his own **toothbrush**.

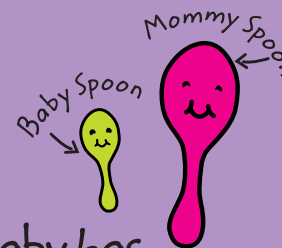
fluoride toothpaste



Healthy foods help keep cavities away.



Baby has his own **spoon**. That's super!



You win! You kept the germs away.



Mom took baby to the dentist **before** his first birthday.



★ Healthy Teeth Checklist

- ✓ Visit your dentist during pregnancy. Dental treatment is safe.
- ✓ Wipe baby's gums twice a day in the morning and right before bed.
- ✓ Choose gum or mints that have Xylitol (Zy-lih-tall) in them.
- ✓ Clean pacifier and bottle with soap and water, not spit.
- ✓ Each family member uses his or her own toothbrush, spoon, fork or cup.
- ✓ Give only water in the bottle at bed time.
- ✓ Only use a dab of fluoride toothpaste every time you brush your baby's teeth.

Cavities are made by germs in our mouth that feed on the sugar we eat.

The germs can pass from person to person through spit.

Keep the mouth germs away and you'll keep the cavities away!

¿Sabía que puede sufrir de caries?



Las caries son producidas por gérmenes de nuestra boca que se alimentan del azúcar que comemos.

¡Los gérmenes también pueden pasar de una persona a otra a través de la saliva!

Mantenga alejados a los gérmenes bucales y se mantendrá libre de caries.



Mamá se hizo un chequeo dental y todos los tratamientos dentales que necesitaba.

Mamá elige chicle o mentas con Xilitol y se cepilla dos veces al día con pasta de dientes con flúor.



¡Llegó el bebé! Mamá limpia las encías del bebé antes de ir a la cama.

Mamá limpió el chupete con agua y jabón.



Papá puso agua en el biberón del bebé a la hora de dormir.

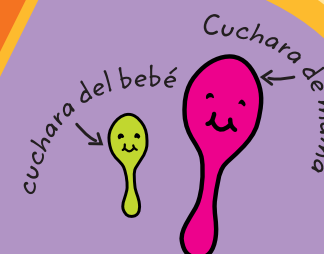


¡Sí! El primer diente. El bebé tiene su propio cepillo de dientes

pasta con flúor



Los alimentos saludables ayudan a evitar las caries.



El bebé tiene su propia cuchara. ¡Genial!

¡Ganaste! Evitaste las caries.



Mamá llevó al bebé al dentista antes de su primer año.



★ Lista de verificación para dientes saludables

- ✓ Visite a su dentista durante el embarazo. El tratamiento dental es seguro.
- ✓ Limpie las encías de su bebé dos veces al día, en la mañana y justo antes de ir a dormir.
- ✓ Elija chicle o mentas que tengan Xilitol.
- ✓ Limpie el chupete y el biberón con agua y jabón, no con saliva.
- ✓ Cada miembro de la familia usa su propio cepillo de dientes, cuchara, tenedor o taza.
- ✓ Déle sólo agua en el biberón a la hora de dormir.
- ✓ Use sólo un poquito de pasta de dientes con flúor cada vez que cepille los dientes de su bebé.

del tamaño de un grano de arroz