

PLAN DE ACCIÓN DE SALUD DENTAL

(PARA NIÑOS MENORES DE 10 AÑOS)

¿SE CEPILLO LOS DIENTES HOY?

Mis Pasos de Acción Diarios

1. Cepillarme los dientes dos veces al día.
2. Pedir ayuda para usar hilo dental.
3. Enjuagarme la boca después de cada comida o merienda.
4. Comer alimentos saludables y beber más agua.



Actividades Divertidas que Puedes Probar



Usar mi sabor favorito de pasta dental.



Elegir un cepillo de dientes divertido.



Hacer que alguien me recuerde que debo cepillarme los dientes y usar hilo dental.



Cepillarme los dientes durante dos minutos escuchando mi canción favorita.



Encontrar alimentos saludables que me gusten.

Firme ahora su plan de acción de salud dental para demostrar que estás listo para cuidar sus dientes.

Firma

Fecha

Nuestra misión es hacer posible que todos los miembros de HUSKY Health logren y mantengan una buena salud dental. Trabajamos para garantizar que todos los miembros tengan acceso equitativo a servicios de salud dental.

(más información sobre salud dental: www.ctdhp.org)

