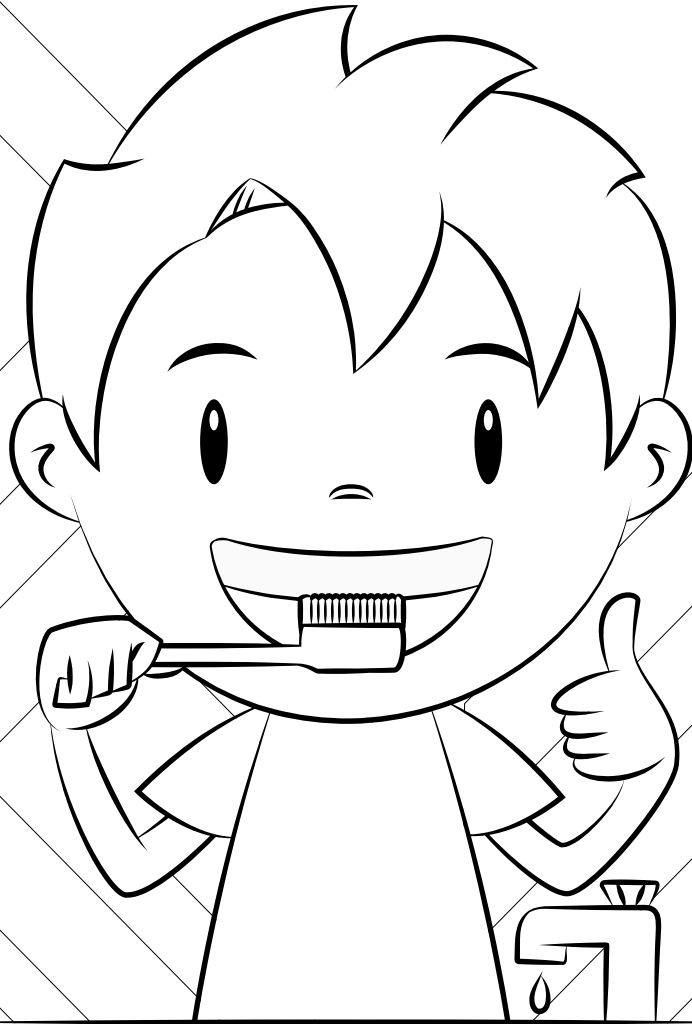
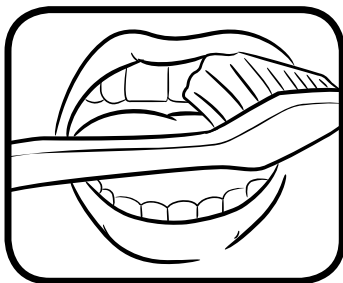


# Cepillarte Combate Las Caries, Bro

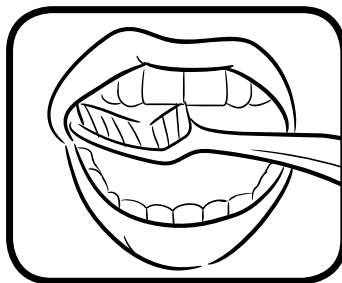


**Me cepillo los dientes dos veces al día con una pasta dental con flúor para mantener mi sonrisa fuerte.**

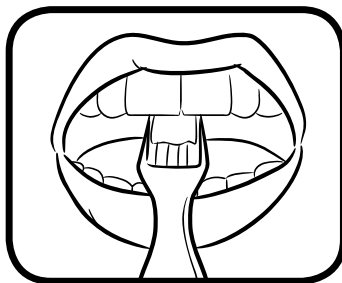
Para más recursos, visita: [MouthHealthy.org](https://www.MouthHealthy.org)



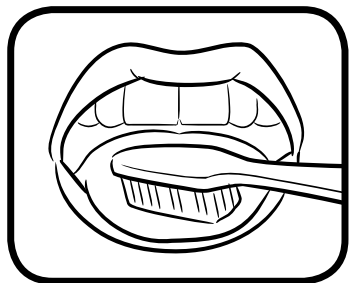
Coloca el cepillo en un ángulo de 45 grados a la encía y mueve el cepillo de atrás hacia delante con movimientos suaves y cortos.



Cepilla las superficies externas, las superficies internas y las superficies masticatorias de todos los dientes.

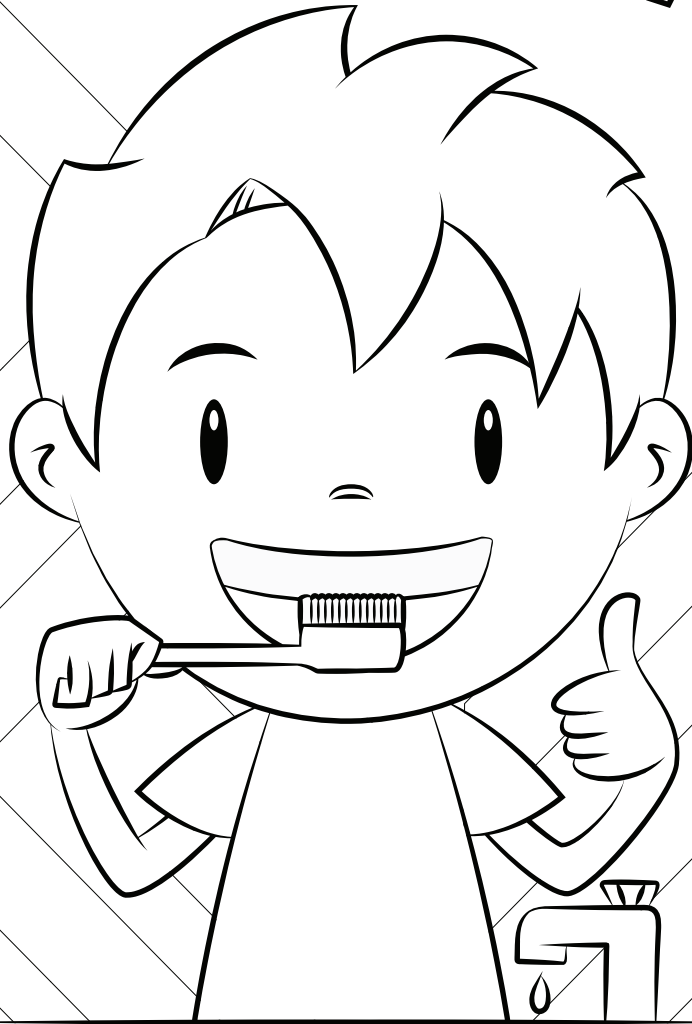


Para limpiar la superficie interna de los dientes de adelante, coloca el cepillo en forma vertical y haz varios movimientos de arriba hacia abajo.



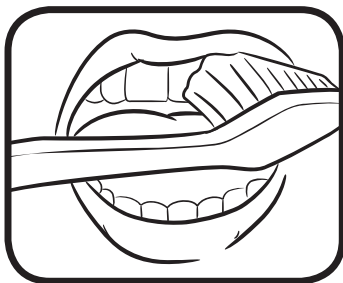
Cepilla tu lengua para eliminar las bacterias y mantener tu aliento fresco.

# Brushing Fights Cavities, Bruh



I brush my teeth twice daily with a fluoride toothpaste to keep my smile strong.

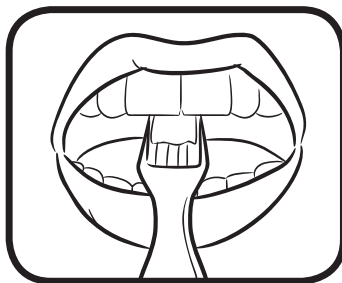
For more resources, visit: [MouthHealthy.org](https://www.MouthHealthy.org)



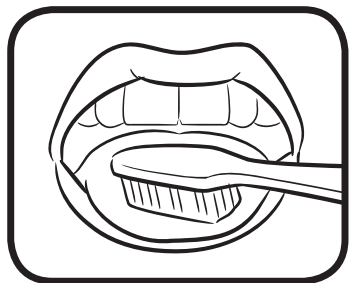
Place the toothbrush at a 45-degree angle to the gums and move the brush back and forth gently in short strokes.



Brush the outer surfaces, the inside surfaces and the chewing surfaces of all teeth.

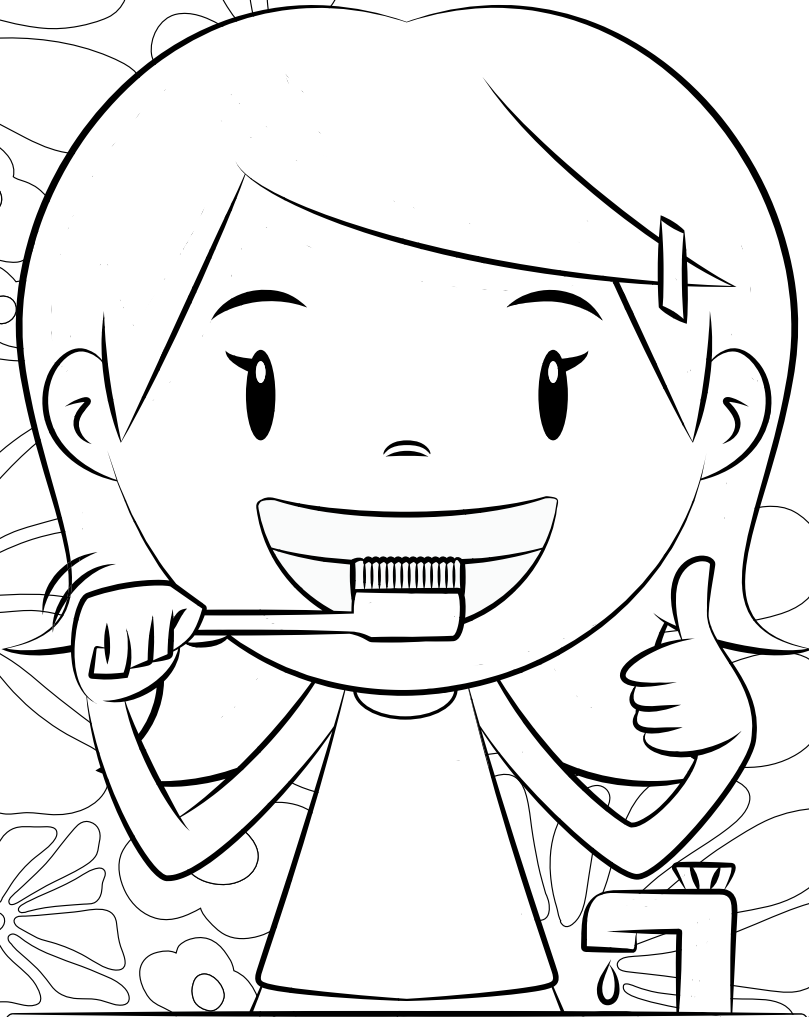


To clean the inside surface of the front teeth, tilt the brush vertically and make several up-and-down strokes.

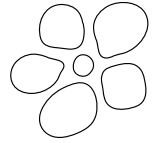


Brush your tongue to remove bacteria and keep your breath fresh.

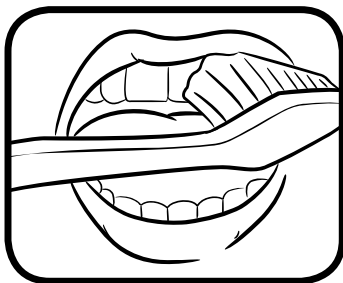
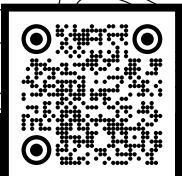
# Mi Era De Cepillado Por Siempre



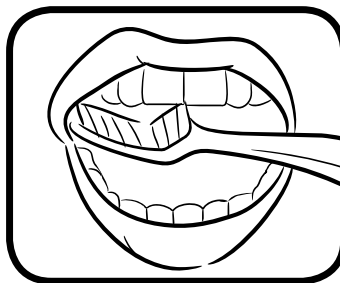
**Me cepillo  
los dientes dos  
veces al día con  
una pasta dental  
con flúor para  
mantener mi  
sonrisa fuerte.**



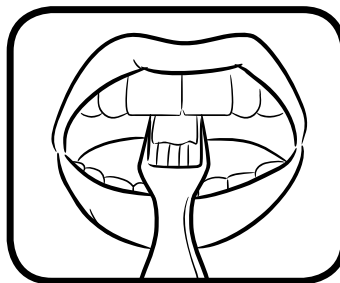
**Para más recursos, visita: [MouthHealthy.org](https://www.MouthHealthy.org)**



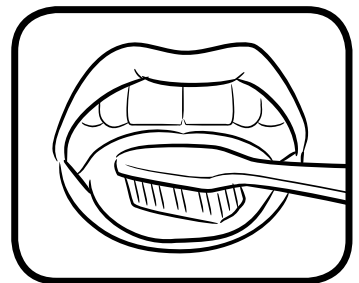
Coloca el cepillo en un ángulo de 45 grados a la encía y mueve el cepillo de atrás hacia delante con movimientos suaves y cortos.



Cepilla las superficies externas, las superficies internas y las superficies masticatorias de todos los dientes.



Para limpiar la superficie interna de los dientes de adelante, coloca el cepillo en forma vertical y haz varios movimientos de arriba hacia abajo.



Cepilla tu lengua para eliminar las bacterias y mantener tu aliento fresco.