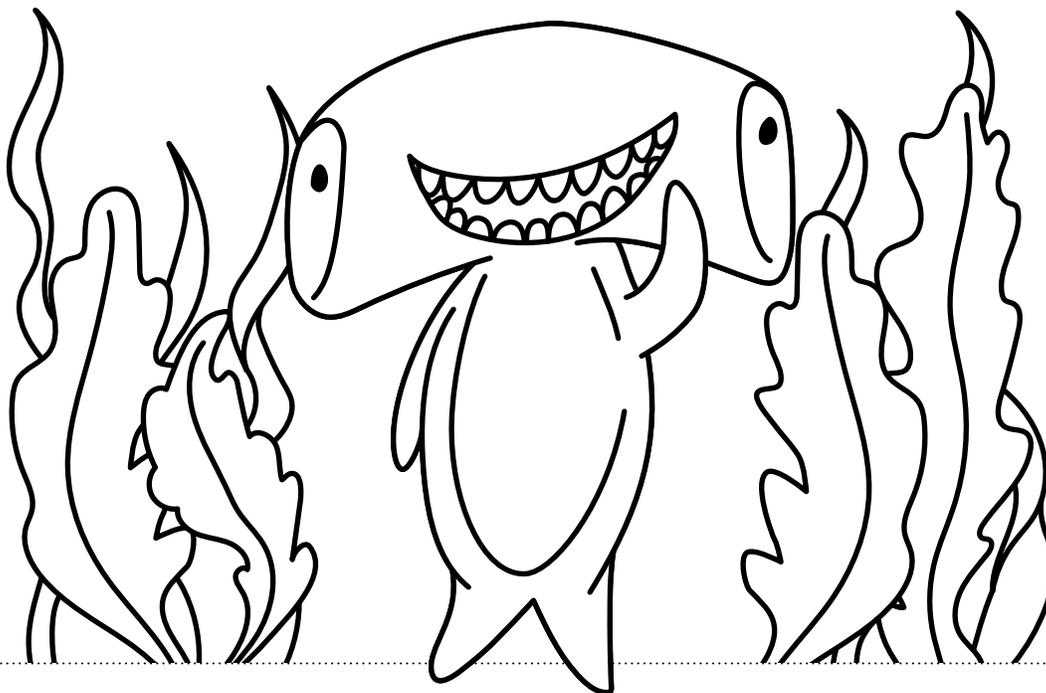


grin!

for **KIDS**





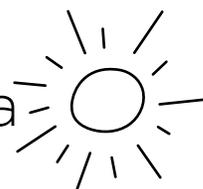
¡Saluda a Finn! Él es un tiburón martillo. Recibe este nombre debido a que su cabeza tiene la forma de un martillo. A Finn le encanta explorar el océano, descubrir increíbles criaturas marinas y cuidar muy bien su sonrisa.

ARTÍCULOS	6	Amigos acuáticos de todo el mundo
	10	Sonríe junto al agua
	14	Cuida tu salud mientras juegas
	19	Explora la profundidad del océano
	20	Dales a tus dientes un tratamiento digno de la realeza
	22	¿Qué es ese olor? Dale a tu mascota un hogar limpio.

ACTIVIDADES	4	Datos reales y falsos sobre el océano
	8	Como los peces: posturas de yoga marino
	16	Asómbrate con las medusas
	21	Relájate y cuida tu sonrisa

ARTE Y MANUALIDADES	5	Lleva un registro de tus dientes caídos
	9	El rincón de las manualidades: tiburones aquí, allá, y en todas partes
	11	Receta: palmera de verduras y queso
	12	Una ciudad bajo el mar
	15	Experimento: ¿flota o se hunde?
	17	Encuentra a esa criatura marina

El rincón de la risa



¿Qué le dijo
el océano a
la costa?

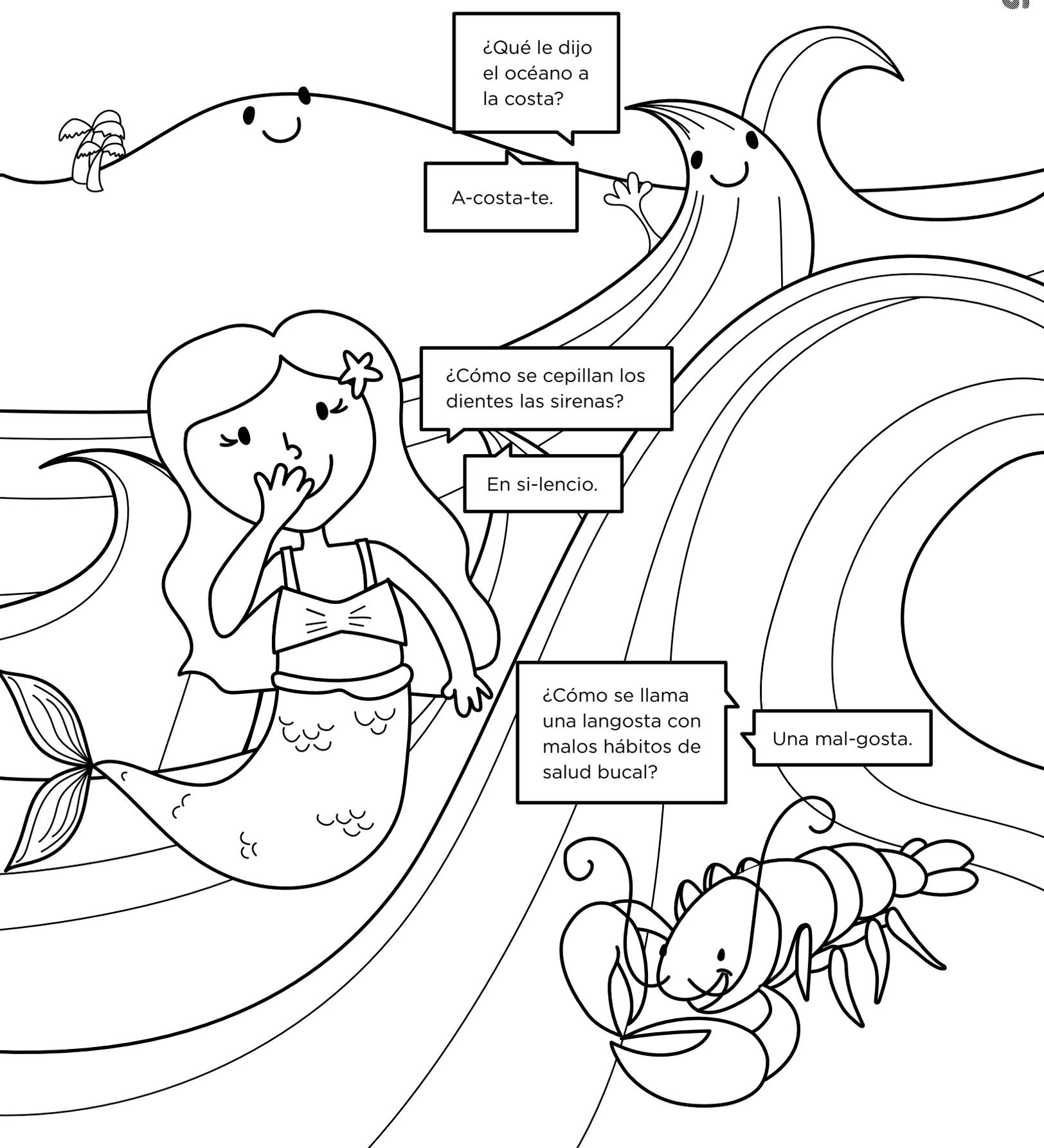
A-costa-te.

¿Cómo se cepillan los
dientes las sirenas?

En si-lencio.

¿Cómo se llama
una langosta con
malos hábitos de
salud bucal?

Una mal-gosta.



Datos reales y falsos sobre el océano

Los animales marinos son muy diferentes de la mayoría de los animales terrestres. ¡Hay tantas criaturas únicas! Lee las siguientes preguntas y responde “verdadero” o “falso”. Cuando termines, revisa las respuestas en la parte inferior de la página.

¿VERDADERO O FALSO?

1 Los tiburones se limpian los dientes.

2 Los delfines no son peces.

3 No todas las ballenas tienen dientes.

4 Las medusas vienen en sabor uva, frambuesa y mora.

5 Los tiburones pueden morir si dejan de nadar.

6 Los peces no tienen memoria.

DATO CURIOSO: las gomitas de gelatina son blanditas como las medusas. Pero son malas para tu sonrisa, así que trata de comer pocas.

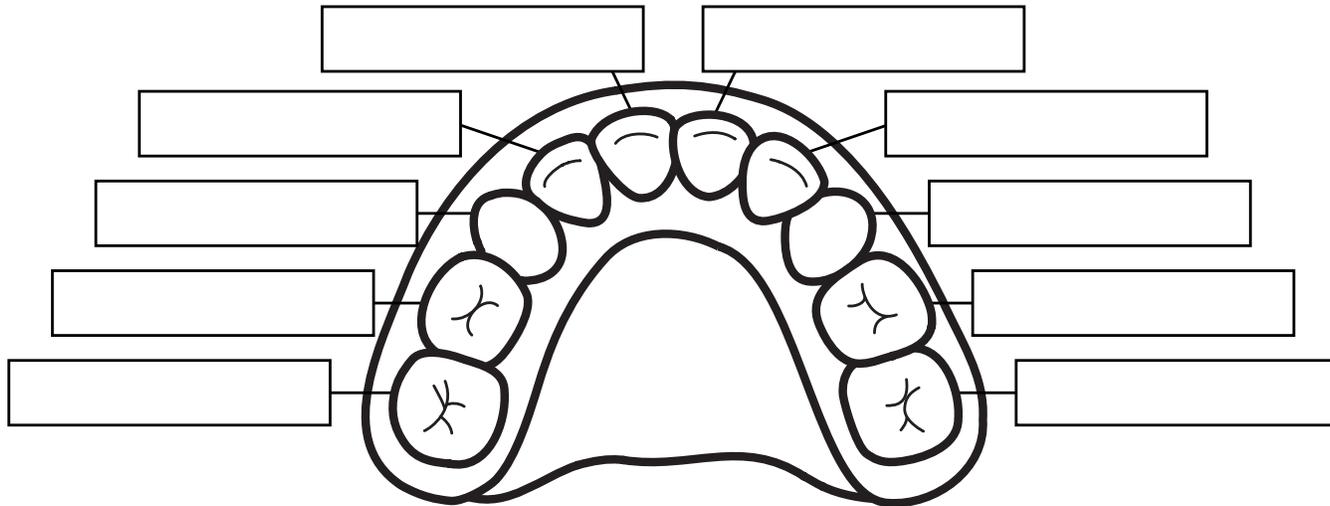
RESPUESTAS

- 1 FALSO**
Algunos tiburones reciben ayuda para limpiar sus dientes de unos pequeños peces llamados rémoras. Estos peces entran nadando a la boca del tiburón y se comen cualquier alimento que esté atascado entre los dientes.
- 2 VERDADERO**
Los delfines son de sangre caliente y respiran aire, como tú.
- 3 VERDADERO**
No todas las ballenas tienen dientes, pero las que tienen, tienen dientes grandes. ¡Los dientes de las ballenas pueden medir entre 4 y 8 pulgadas de largo!
- 4 FALSO**
Las medusas son blandas y no tienen huesos.
- 5 VERDADERO**
Nadar hace que pase agua a través de los pulmones del tiburón. Si no nadan, muchos tiburones no pueden respirar.
- 6 FALSO**
Los científicos han descubierto que los peces pueden recordar cosas. Al igual que tú, que debes recordar cepillarte los dientes y usar hilo dental todos los días.

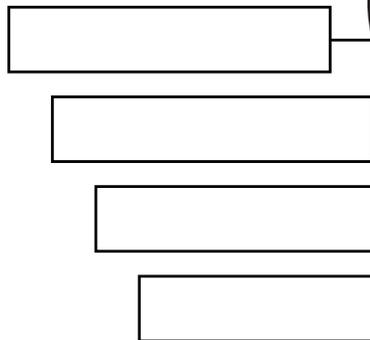
Lleva un registro de tus dientes caídos

Cuando se te cae un diente, coloréalo en este registro de dientes. Marca un par de detalles: por ejemplo, tu edad y dónde se te cayó el diente.

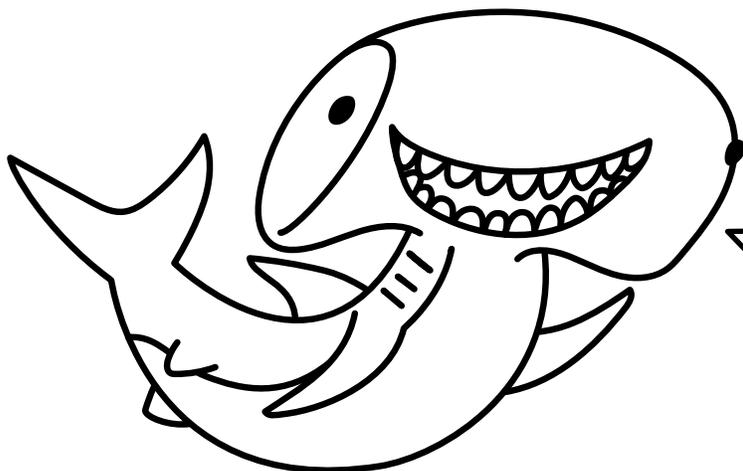
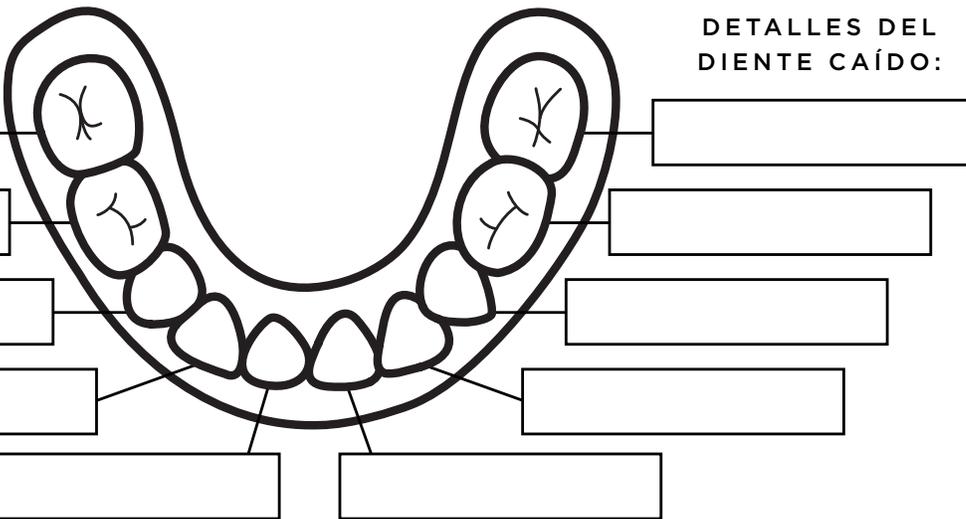
DETALLES DEL DIENTE CAÍDO:



DETALLES DEL DIENTE CAÍDO:



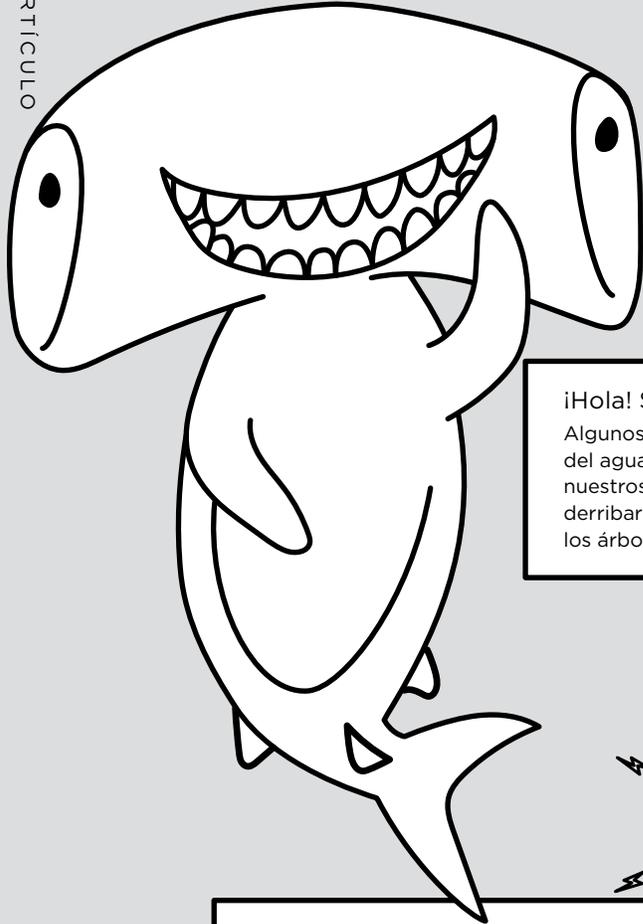
DETALLES DEL DIENTE CAÍDO:



¿Esos son todos los dientes que tienes? Vaya. Algunos tiburones pueden tener hasta **35,000** dientes durante toda su vida.

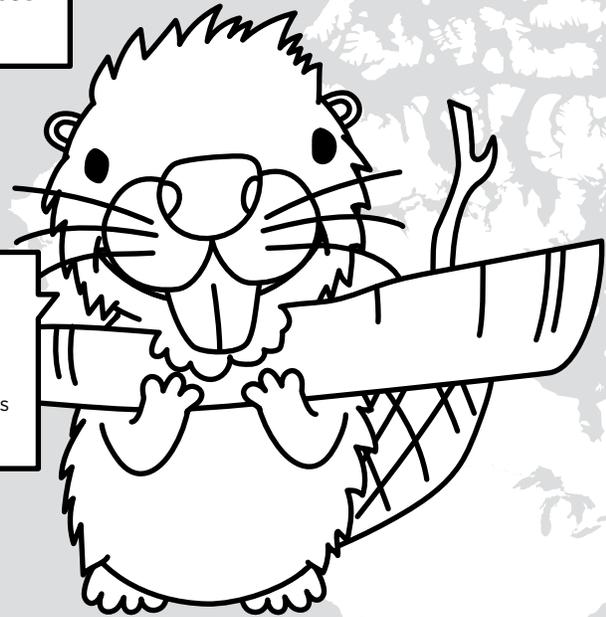
Amigos acuáticos de todo el mundo

¿Sabes por qué a Finn le encanta explorar? ¡Saluda a los amigos superfabulosos que conoció mientras exploraba! Los animales que viven en ríos y lagos y en sus alrededores pueden ser muy diferentes de los vecinos de Finn del océano.



¡Dales un vistazo a mis amigos superfabulosos de todo el mundo!

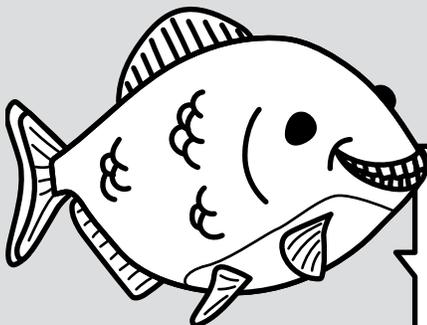
¡Hola! Soy Joe y soy un castor. Algunos animales viven dentro y fuera del agua. Los castores como yo usamos nuestros grandes dientes para masticar y derribar árboles pequeños. Luego, usamos los árboles para construir casas en el río.



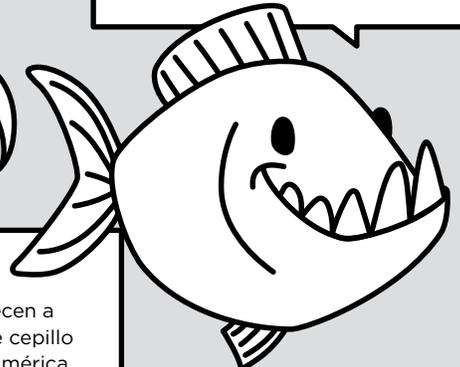
Hola, soy Buzz y soy una anguila eléctrica. Las anguilas eléctricas viven en los ríos de Sudamérica. Miden de 6 a 8 pies y tienen órganos especiales que generan cargas eléctricas. ¡Yo uso los míos para electrocutar a otros peces! Las cargas pueden generar hasta 800 voltios de electricidad. Eso es suficiente para freír mi cepillo de dientes eléctrico.

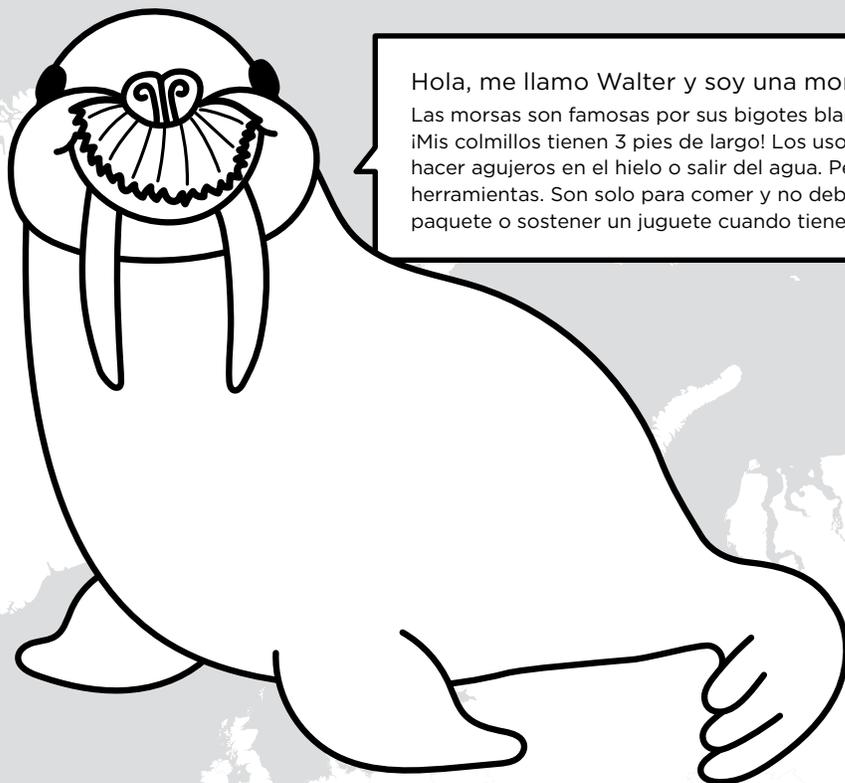


Buenos días, me llamo Mia y soy una piraña de vientre rojo. Tengo dientes afilados y mandíbulas muy fuertes. También viajo y cazo con hasta 100 pirañas más. Supongo que eso significa que siempre me acompañará un amigo a mis visitas habituales al dentista.



¡Hola! Soy Paulo, el pacú. Soy un tipo de piraña. ¡Solo que mis dientes se parecen a los dientes de los humanos! ¿Crees que también me cepillo los dientes hasta atrás? Si alguna vez exploras Sudamérica, puedes buscarme para preguntarme.



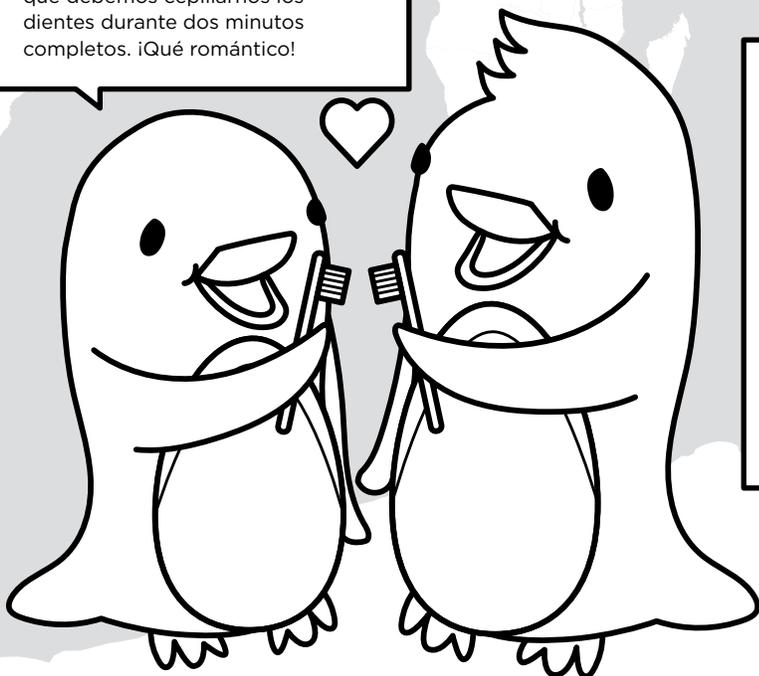


Hola, me llamo Walter y soy una morsa.
Las morsas son famosas por sus bigotes blancos y sus colmillos largos. ¡Mis colmillos tienen 3 pies de largo! Los uso para muchas cosas, como hacer agujeros en el hielo o salir del agua. Pero tus dientes no son herramientas. Son solo para comer y no debes usarlos para abrir un paquete o sostener un juguete cuando tienes las manos ocupadas.

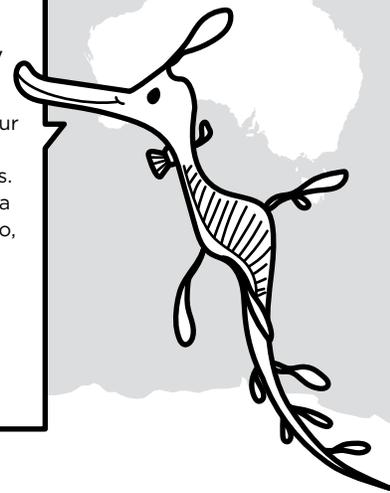


Konnichiwa, me llamo Hikaru y soy un pez koi.
Soy un pez de agua dulce y vivo en Asia Oriental. Me estoy preparando para una vida larga y agradable. ¡Eso se debe a que algunos peces koi pueden vivir más de 200 años! Dato curioso: también podemos sufrir quemaduras solares, así que preferimos nadar a la sombra.

¡Hola! Soy Rose y él es Jack, somos pingüinos árticos.
Los pingüinos somos muy rápidos bajo el agua. Podemos nadar hasta 15 millas por hora. La mayoría de los pingüinos busca a otro pingüino para formar una pareja para toda la vida, como un matrimonio. Eso significa que siempre tenemos a alguien que nos recuerde, y a quien recordarle, que debemos cepillarnos los dientes durante dos minutos completos. ¡Qué romántico!



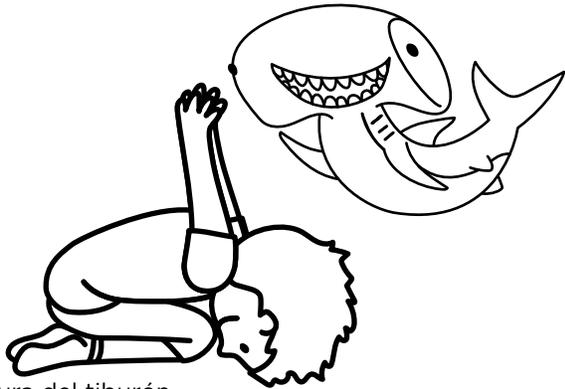
¡Hola, amigo!
Me llamo Oliver y soy un dragón marino.
Vivo cerca de las costas sur y este de Australia, pero es posible que no me veas. ¡Soy muy bueno jugando a las escondidillas! De hecho, me llamo así porque soy genial escondiéndome en las algas marinas, al igual que los gérmenes que intentan ocultarse en tu boca.



Como los peces: posturas de yoga marino

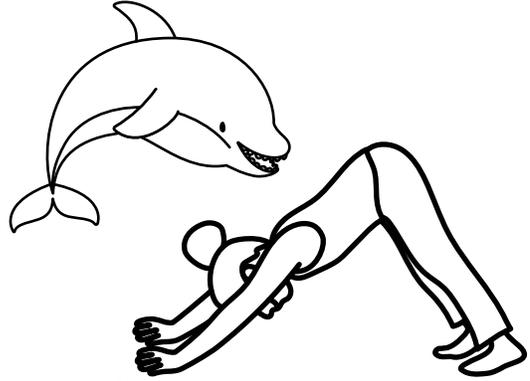
A Finn le encanta el yoga. ¡Es una forma divertida de estar activo, y Finn puede moverse como sus amigos marinos favoritos! La práctica habitual de yoga te ayudará a relajarte e incluso puede ayudarte a prevenir problemas bucales.

Divirtámonos, estiremos los músculos y empecemos a movernos con estas divertidas posturas de yoga. Sigue las instrucciones que aparecen a continuación (con la ayuda de un adulto) para parecerte a tu animal acuático favorito.



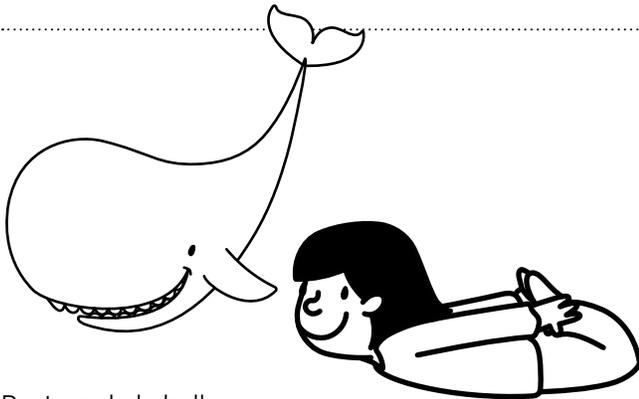
Postura del tiburón

¡La favorita de Finn! Empieza por ponerte de rodillas mirando hacia abajo. Luego, estira los brazos detrás de la espalda y únelos para formar una aleta.



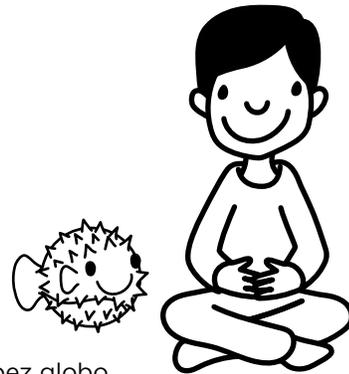
Postura del delfín

Coloca las manos en el suelo con los brazos estirados por encima de la cabeza. Separa bien los dedos para mantener el equilibrio. Manteniendo los pies en el suelo, endereza la espalda y las piernas para hacer una V invertida.



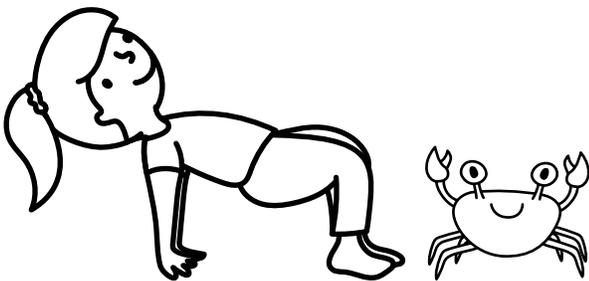
Postura de la ballena

Acuéstate boca abajo y sube las piernas hasta la espalda con la ayuda de los brazos. Cuando lo logres, arquea el cuello hacia atrás para parecerte a una poderosa ballena.



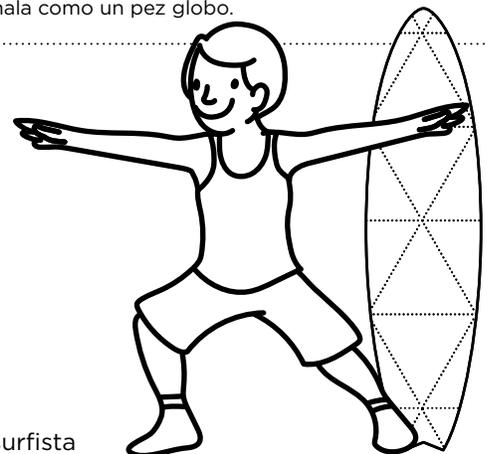
Postura del pez globo

Siéntate con las piernas cruzadas y la espalda recta. Pon las manos sobre el vientre. Respira profundamente para ejercitar los pulmones y exhala como un pez globo.



Postura del cangrejo

Coloca los pies y las manos en el suelo, con el estómago hacia arriba, y luego despégate del suelo. ¡Puedes caminar como cangrejo por la sala para hacer un poco más de ejercicio!



Postura del surfista

¡El surf está de moda, amigo! Los seres humanos también son animales a los que les gusta el océano. Mantén los brazos estirados y muévete de lado a lado para estirar las piernas.

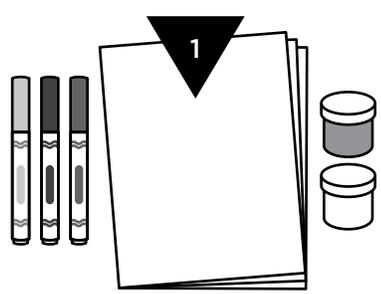
Tiburones aquí, allá, y en todas partes

No puedes tener tiburones reales en tu casa. ¡Son demasiado grandes y podrían comerte! Pero el arte con tiburones es muy seguro.

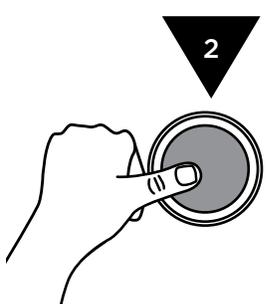
NECESITARÁS ESTOS ELEMENTOS

- Un adulto que te ayude
- Pintura para dedos gris claro o blanca
- Opcional: otros marcadores de color para dibujar la vida marina como peces, anguilas y arrecifes de coral
- Papel para manualidades celeste
- Marcadores rojo, negro y gris para dibujar los tiburones

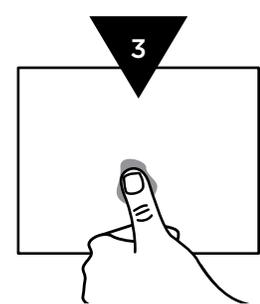
SIGUE ESTOS PASOS



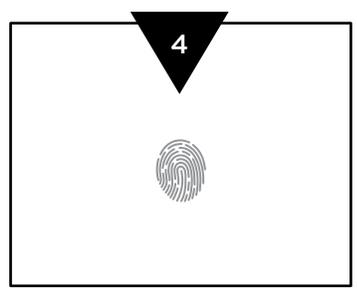
Con la ayuda de un adulto, reúne los elementos que necesitas.



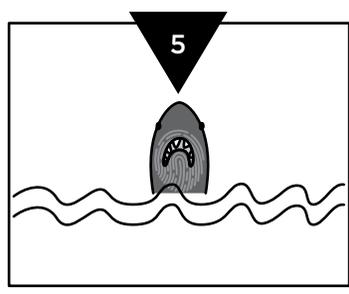
Sumerge suavemente la punta del pulgar (donde está la huella del pulgar) en la pintura para dedos.



Presiona el pulgar con la pintura sobre el papel para manualidades.



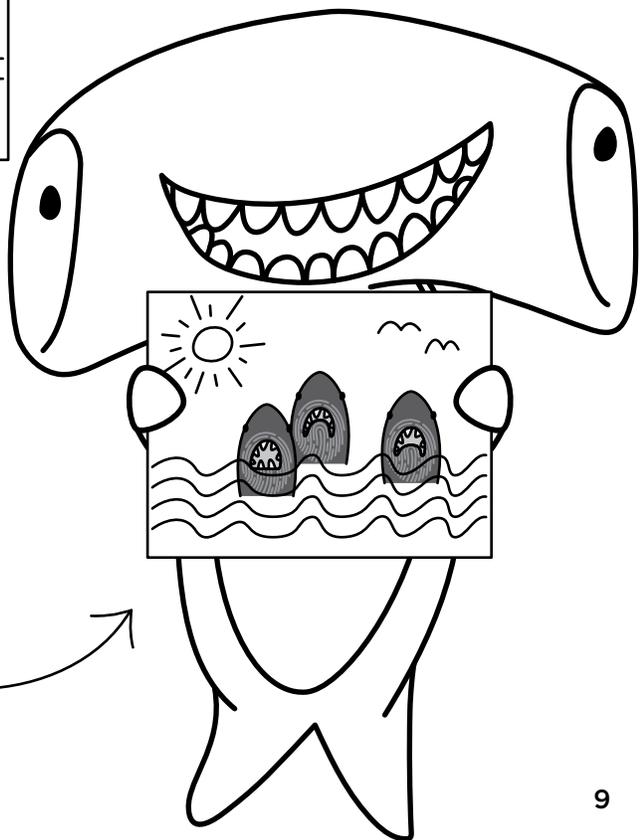
Repite los pasos 2 y 3 para añadir tantas huellas dactilares como quieras. Cada una se convertirá en un tiburón. Antes de pasar al siguiente paso, espera a que tus huellas dactilares se sequen.



Usa los marcadores de color para dibujar un tiburón alrededor de la huella dactilar. Puedes dibujar un tiburón real, usar tu imaginación para crear un tiburón propio y dibujar otros animales acuáticos alrededor del tiburón.



Cuelga tus obras de arte junto al lavabo del baño. ¡Ahora tienes algo genial que ver mientras te cepillas los dientes!



Sonríe junto al agua

Un gran día junto al agua puede hacerte sonreír durante días. Pero solo si te cuidas. Aquí te explicamos cómo puedes proteger tu sonrisa cuando visites la piscina o la playa.



Usa protector solar

Los dientes no se broncean porque no tienen piel. ¡Pero tus labios pueden sufrir quemaduras solares! Utiliza bálsamo labial con un factor de protección solar de al menos 30 para protegerlos.

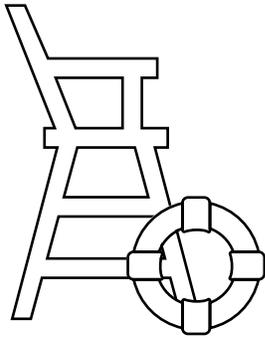
Mantente hidratado

Bebe agua en lugar de jugos azucarados y refrescos. El agua tiene muchos beneficios, como evitar el mal aliento y mantener la boca limpia.

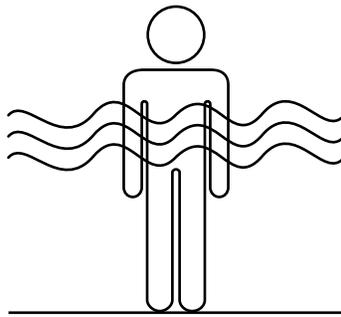
Elige refrigerios saludables

Come frutas y verduras frescas, como manzanas, bayas, zanahorias y apio, para obtener vitaminas de ellas.

Sé tu propio experto en seguridad



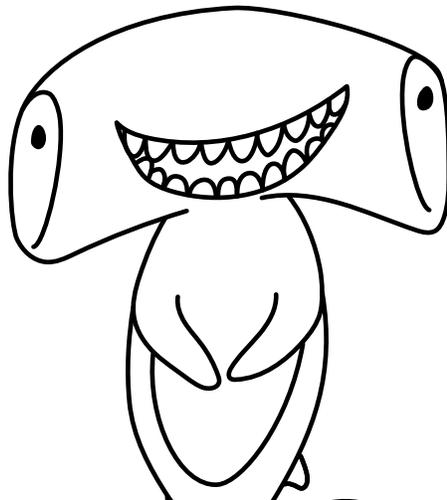
Debes saber dónde están los socorristas. Por si necesitas ayuda.



No descendas demasiado. Si estás nadando en un lago o en el mar, quédate donde sea fácil ponerte de pie.



Camina, no corras. Correr sobre concreto húmedo o suelo resbaladizo podría hacer que te tropieces, te caigas y te lastimes los dientes o la boca.



Los tiburones están hechos para el agua, pero tú estás hecho para la tierra. ¡Ten cuidado y mantente seguro cuando nades!

RECETA

Palmera de verduras y queso

No hay nada como un refrigerio fresco y saludable en un día fresco y despejado. ¡Qué rico! Si vas a estar junto al agua, lleva un pimiento verde, zanahorias y queso en hebras en una nevera. (Un adulto deberá cortar el pimiento verde).

NECESITARÁS ESTOS ELEMENTOS

- Un adulto que te ayude

- Pimiento verde



- Queso en hebras



- Minizanahorias



SIGUE ESTOS PASOS

1

Pídele a un adulto que te ayude a cortar el pimiento verde para las hojas de la palmera.

Los pimientos tienen vitamina C, que es excelente para las encías.

2

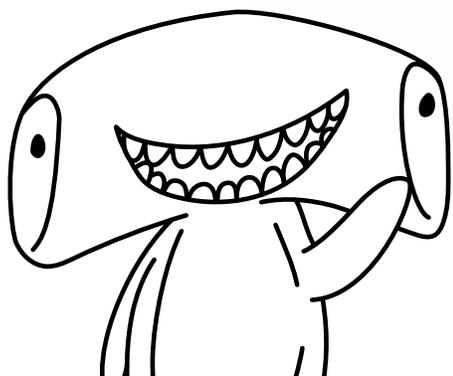
Usa queso en hebras para el tronco de la palmera.

El calcio del queso ayuda a mantener los dientes fuertes.

3

Añade las minizanahorias en la parte inferior del queso para la arena.

Las zanahorias te aportan vitamina C y calcio. Las verduras crujientes también ayudan a producir saliva. Esto elimina los restos de comida y mantiene la boca limpia.



Haría la mía de pescado, pescado, y pescado.

Una ciudad bajo el mar

¡Los arrecifes de coral son increíbles! Alrededor de 4000 tipos de peces y cientos de otras especies marinas utilizan los arrecifes de coral como alimento y refugio. Estos crean un hogar saludable en el océano, al igual que el cepillado y el uso de hilo dental hacen que tus dientes y encías estén saludables.

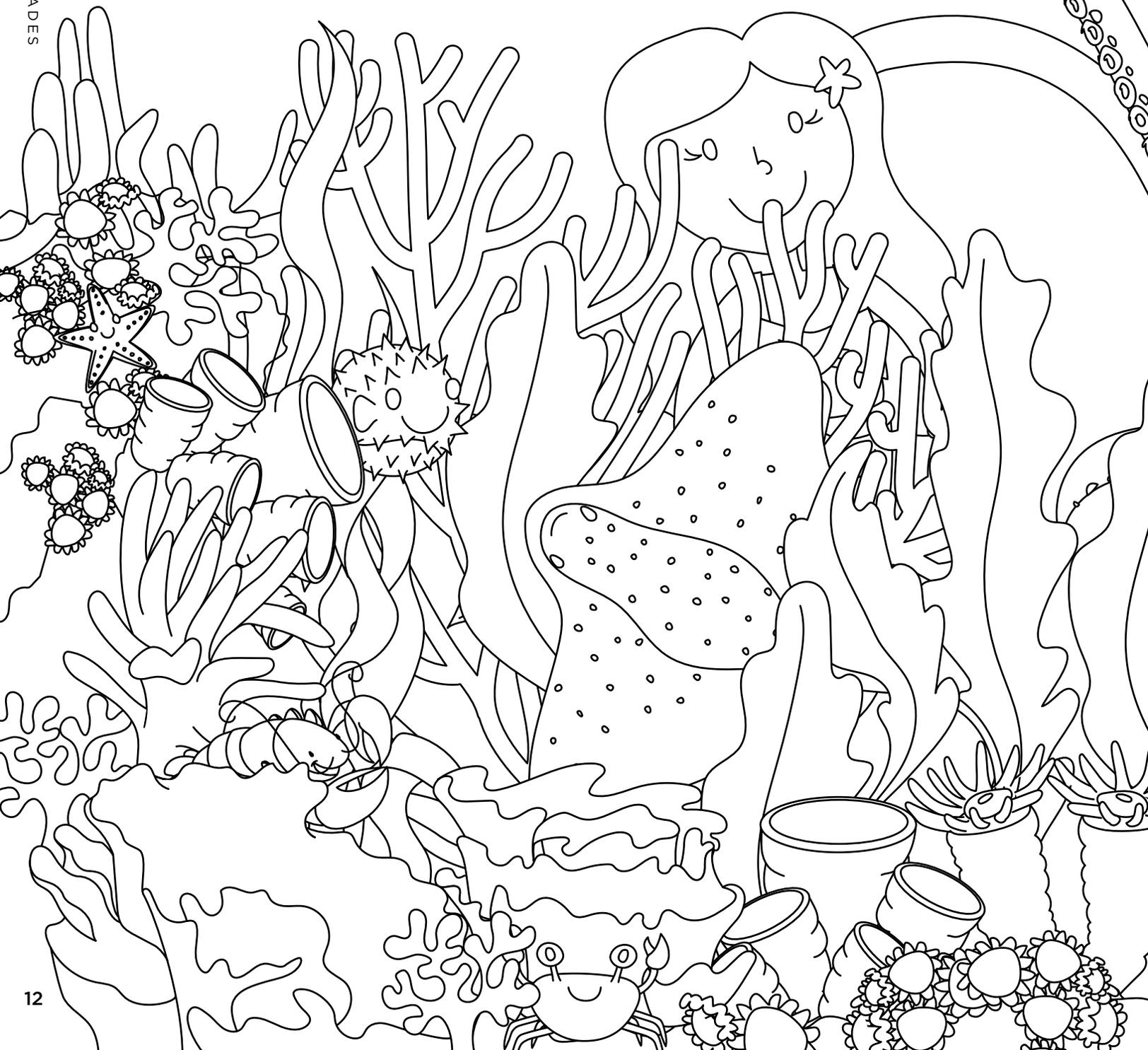
Añade un poco de color y da vida a este arrecife. Mientras coloreas, busca estas criaturas marinas:

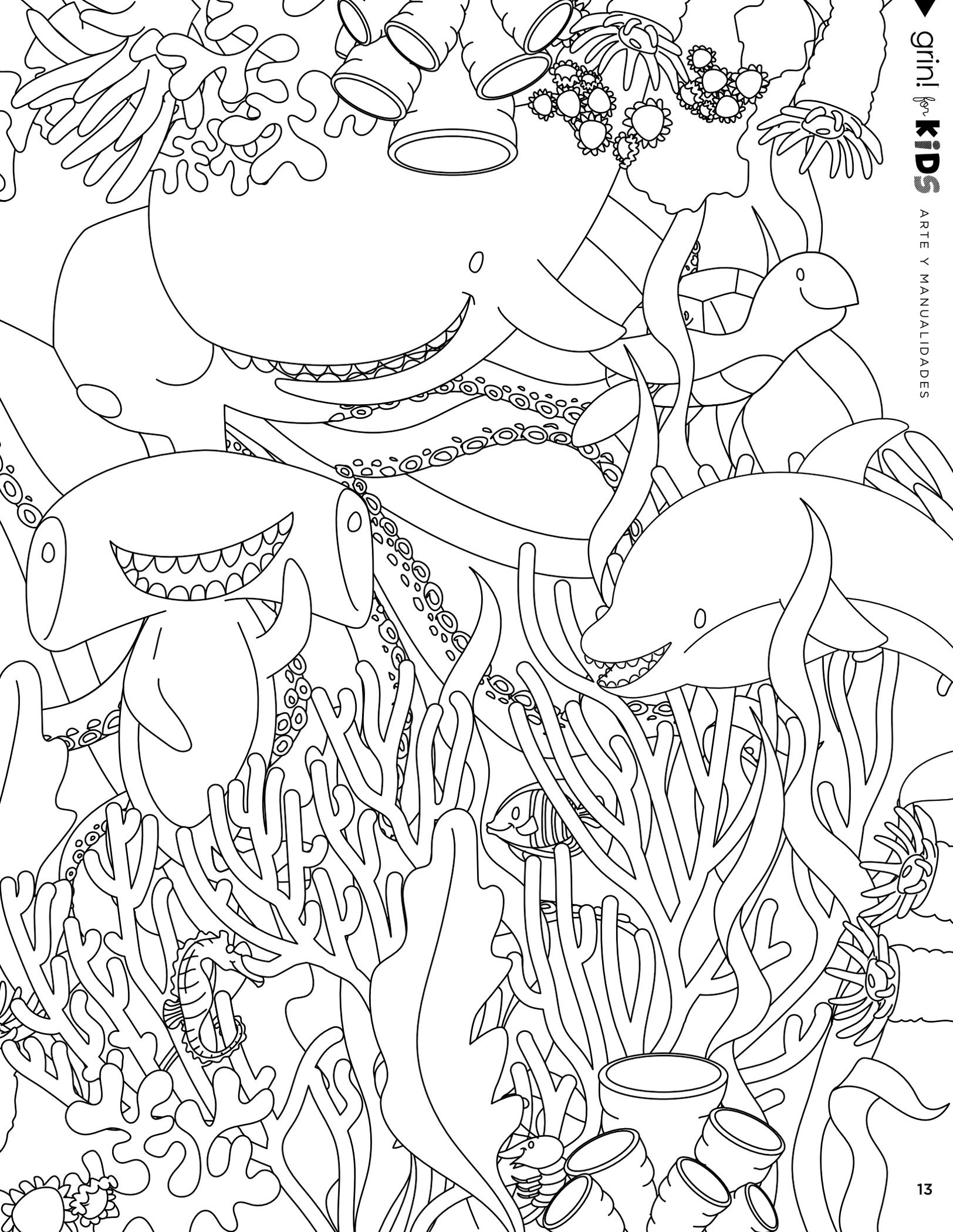
Ballena
Caballito de mar
Calamar
Camarón

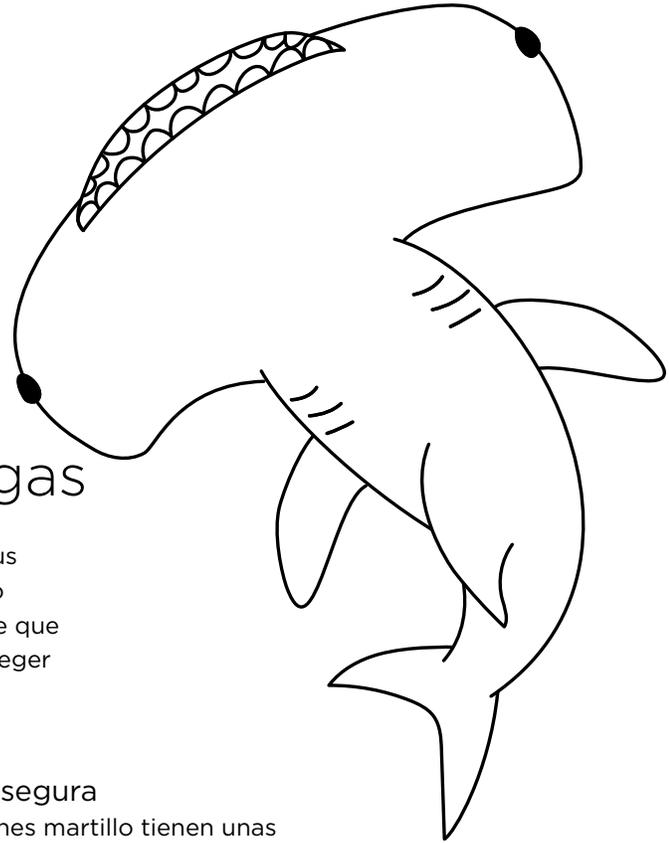
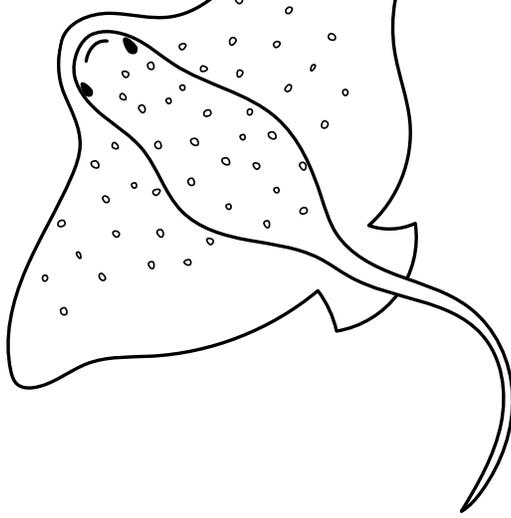
Cangrejo
Delfín
Estrella de mar
Finn

Langosta
Medusa
Pez
Pez globo

Raya con púa
Sirena
Tortuga







Cuida tu salud mientras juegas

Los tiburones martillo como Finn no siempre tienen cuidado con sus dientes. A veces usan la cabeza en forma de martillo para atrapar o golpear cosas, y esto puede dañar su boca. Pero Finn también sabe que los humanos no son iguales a los tiburones. ¡Por eso necesitas proteger tu sonrisa!

Muéstrale a Finn la manera correcta de jugar de forma segura

Finn no tiene que preocuparse por sus dientes como tú. Los tiburones martillo tienen unas 17 hileras de dientes y estos vuelven a crecer si los pierden. ¡Qué cantidad de dientes!

Una vez que te salgan los dientes definitivos, no te volverán a salir más. ¡Así que tienes que cuidar todos los dientes que tienes! Aquí te decimos cómo tener más cuidado que Finn cuando practicas deportes y actividades.



Usa un protector bucal.

Esto ayuda a evitar la pérdida o rotura de dientes. También será menos probable que te muerdas los labios, las mejillas y la lengua.



Lleva un casco si lo necesitas.

No lo necesitarás para nadar, pero es importante cuando andas en bicicleta, patineta o patines.

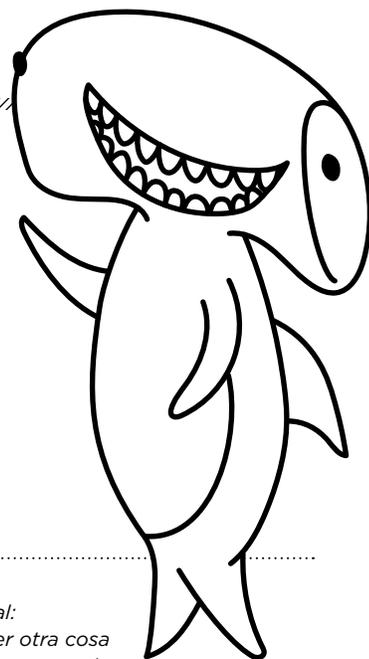


Elige agua en vez de bebidas azucaradas.

Beber agua después de una actividad te mantendrá hidratado y te ayudará a evitar dolores de cabeza. Los refrescos y los jugos con mucho azúcar no ayudan de la misma manera.

EXPERIMENTO

¿Flota o se hunde?



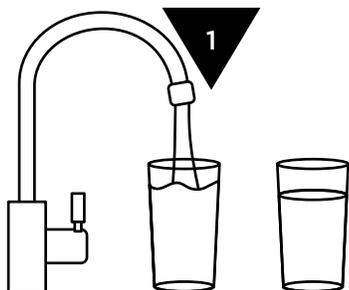
Finn es un nadador estupendo. ¡Y el agua salada del océano lo ayuda a moverse con facilidad! Esto se debe a que agregar sal al agua hace que esta sea más densa (o más pesada). Si el agua es más pesada, algunos objetos pueden flotar.

Este experimento te ayuda a ver cómo añadir sal al agua puede hacer que las cosas floten. Asegúrate de que un adulto te ayude. También puedes probar el experimento mezclando otras cosas con agua, como azúcar o harina.

NECESITARÁS ESTOS ELEMENTOS

- Un adulto que te ayude
- Vasos o tazones de cereales
- Agua del grifo
- Sal
- Elementos pequeños que desees que floten (cualquier cosa que no te importe que se moje: canicas o juguetes pequeños, por ejemplo)
- *Opcional: cualquier otra cosa que desees mezclar con agua. Esto podría ser bicarbonato de sodio, almidón de maíz, leche en polvo o incluso sopa de tomate.*

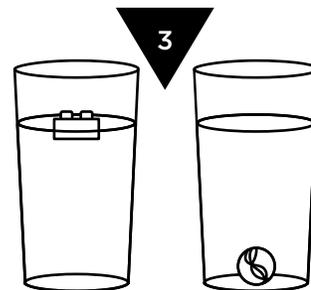
PASOS DEL EXPERIMENTO



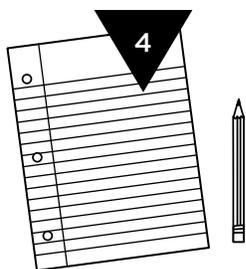
Llena los vasos o los tazones con agua del grifo.



En un vaso, añade dos cucharadas de sal. (Si tienes un vaso muy grande, es posible que tengas que agregar más sal).



¡Añade los elementos pequeños a cada vaso para ver si se hunden o flotan!



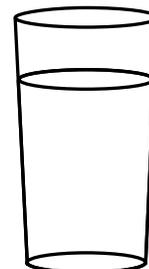
Anota tus resultados. Inténtalo de nuevo con nuevas mezclas y juguetes.



Opcional: comprueba si los elementos se hunden o flotan en otras mezclas. Para hacerlo, mezcla otros ingredientes con agua, cada uno en su propio vaso. (Azúcar y agua o bicarbonato de sodio y agua, por ejemplo).



¿Sabías que?
Hacer gárgaras con agua salada es una forma segura de aliviar el dolor de garganta.



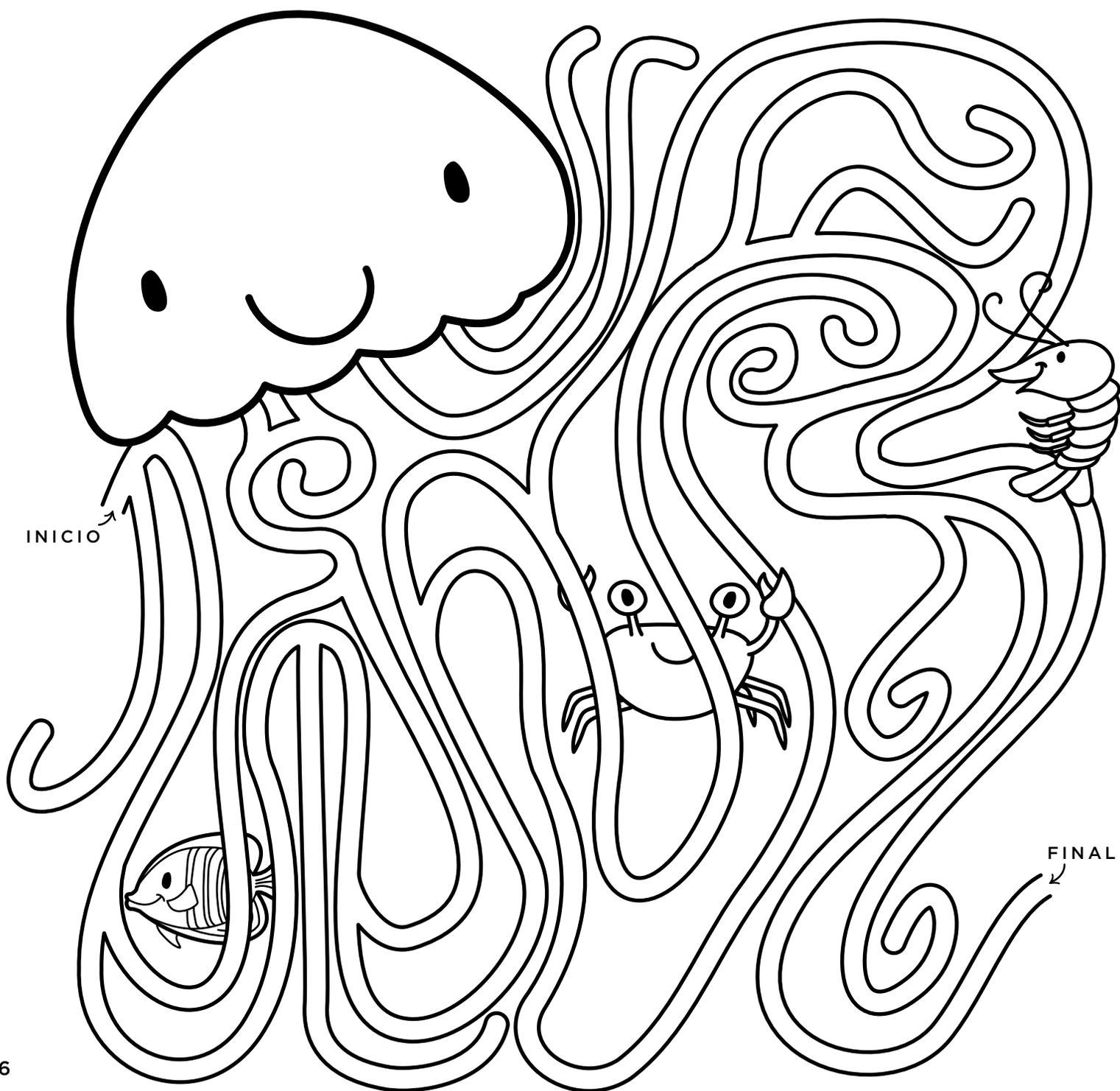
No bebas el agua de este experimento, ¡qué asco! Pero lo que sí bebas puede ser bueno o malo para tu salud bucal. Es estupendo tomar un poco de agua después de una comida o de un refrigerio. Esto “barre” la comida y te ayuda a mantener la boca limpia.

Asómbtrate con las medusas

Las medusas son únicas. No tienen huesos. Nadan tirando agua por la boca. Además, las medusas han existido desde que en la tierra había dinosaurios.

Pero por muy diferentes que sean, pueden comer algunos de los mismos alimentos que tú. A las medusas les gusta comer pescado, camarones y cangrejo. Los aceites omega-3 y la vitamina D de estos alimentos pueden ayudar a mantener las encías sanas.

En lugar de brazos y piernas, las medusas tienen tentáculos largos y agujones. ¡Completa el laberinto para divertirte!



Encuentra a esa criatura marina

Utiliza este juego de tarjetas para divertirte con un amigo y poner a prueba tu memoria. Comprueba qué tan bien puedes recordar estos animales acuáticos y los consejos de salud bucal.

PARA ARMAR EL JUEGO

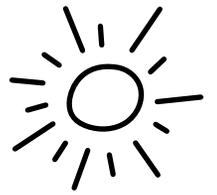
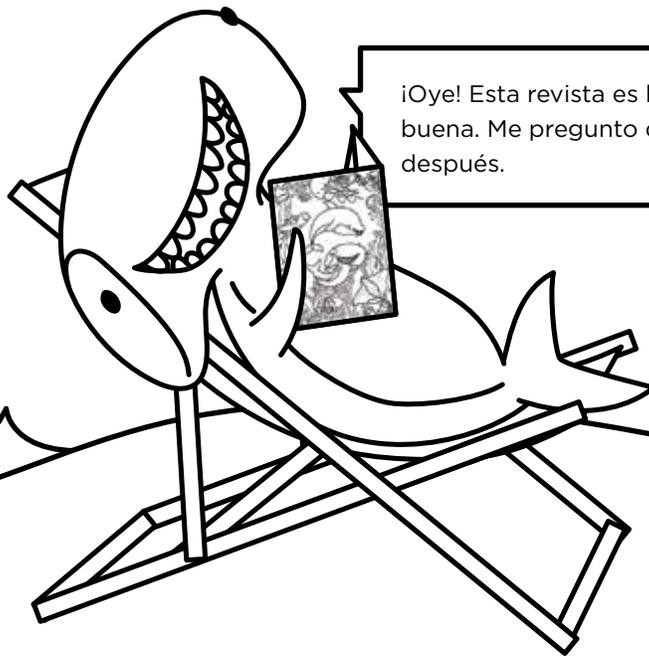
- Corta las tarjetas y barájalas.
- Coloca las tarjetas con la imagen hacia abajo.
- Haz cuatro filas de cuatro tarjetas cada una.

PARA JUGAR AL JUEGO

- El jugador más joven juega primero y da vuelta dos cartas.
 - Dalas vuelta de a una a la vez.
 - Si obtienes una coincidencia, conserva las tarjetas.
 - Si no consigues una coincidencia, vuelve a colocar las cartas en el mismo lugar, boca abajo.
- El siguiente jugador toma su turno.
- Hagan turnos hasta que no haya más cartas. ¡Quien tenga más cartas es el ganador! El juego también podría terminar en un empate.



Usar un protector bucal ayuda a proteger tus dientes y encías.	Usar un protector bucal ayuda a proteger tus dientes y encías.	Beber agua ayuda a prevenir las caries.	Beber agua ayuda a prevenir las caries.
Reemplaza tu cepillo de dientes cada tres o cuatro meses o antes si parece deshilachado.	Reemplaza tu cepillo de dientes cada tres o cuatro meses o antes si parece deshilachado.	Pasa el hilo dental entre todos los dientes todos los días. ¡Incluso por los de atrás!	Pasa el hilo dental entre todos los dientes todos los días. ¡Incluso por los de atrás!



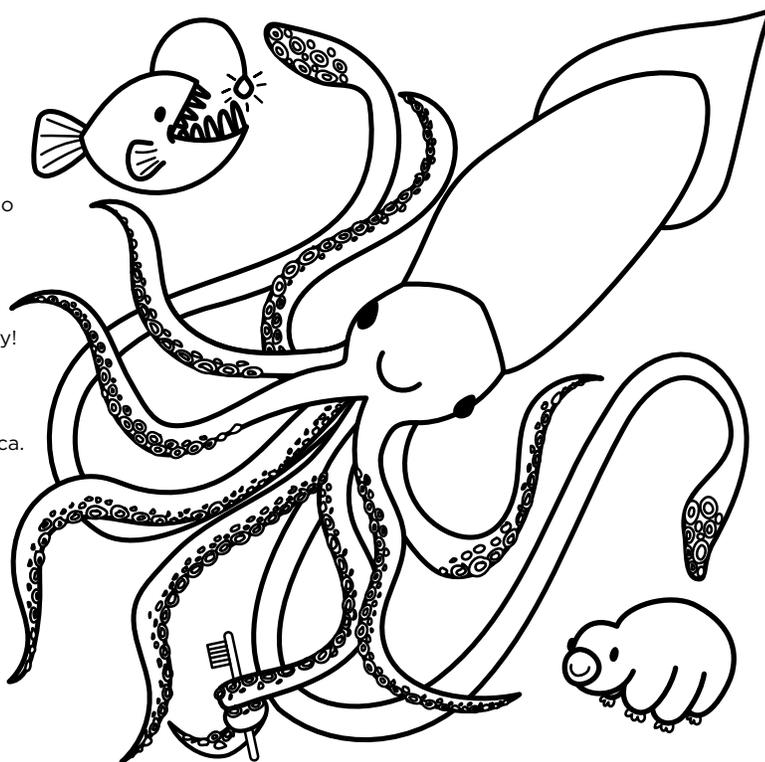
 	 	 	 
 	 	 	 
 	 	 	 
 	 	 	 

Explora la profundidad del océano

La vida es muy diferente en el agua. Y se vuelve aún más sorprendente en las partes más profundas del océano. Es como jugar al explorador en un sótano. Nunca sabes lo que encontrarás allí abajo.

Estos son tres increíbles amigos que Finn ha hecho durante sus aventuras submarinas.

Lucy, la rape
Las partes más profundas del océano son muy oscuras porque la luz del sol no llega tan abajo. Pero el rape tiene una luz brillante que cuelga de su cabeza. ¡Así es como Finn notó a Lucy! Ella encendió una luz brillante, como la que usa el dentista para mirar dentro de tu boca.



Cameron, el calamar gigante
¡Los calamares gigantes son enormes! El calamar gigante más grande jamás encontrado medía casi 43 pies de largo y pesaba casi 2,000 libras. Finn encontró a Cameron en las profundidades del mar y se sorprendió al ver los “dientes” afilados en sus brazos y tentáculos. Al menos, tú no tienes unos dientes así. Si los tuvieras, tendrías que cepillarte el codo todas las mañanas y todas las noches.

Teddy, el tardígrado (conocido como “oso marino”)
En el océano viven animales grandes y pequeños. Al igual que las bacterias de la boca, las cuales son demasiado pequeñas para verlas, necesitas un microscopio para ver osos marinos diminutos como Teddy. Él puede sobrevivir en las profundidades del océano, en la cima de las montañas e incluso en el espacio exterior.

Todos estos amigos son especiales y a Finn le encantó conocerlos. Explorar las profundidades del océano fue como ir al dentista por primera vez. Hizo nuevos amigos y aprendió mucho.

Durante la visita, el higienista dental y tu dentista:



Te revisarán y limpiarán la boca para ayudar a prevenir las caries.



Tomarán radiografías de tu boca para detectar cualquier problema.



Conversarán contigo sobre el buen cuidado de tu sonrisa.



Harán un plan y te ayudarán a solucionar cualquier problema, si lo hubiera.

¿Ves? Nada de qué tener miedo. (Pero probablemente sea mejor mantenerse alejado del calamar gigante).

Dales a tus dientes un tratamiento digno de la realeza

¿Qué dice el pez ángel real sobre la salud bucal?

Cuida bien tus dientes y encías. Cepíllate dos veces al día durante dos minutos cada vez.

Siempre cepíllate toooooooodos los dientes, hasta los de atrás. También debes usar hilo dental todos los días.

Trata de no tragar la pasta dental.

Mantén tu boca limpia y no comas nada después del cepillado nocturno. Puedes beber agua eso sí.

Prueba escuchar una canción mientras te cepillas para que el tiempo pase rápido.

¡Y usa siempre un protector bucal para practicar deportes y otras actividades físicas!

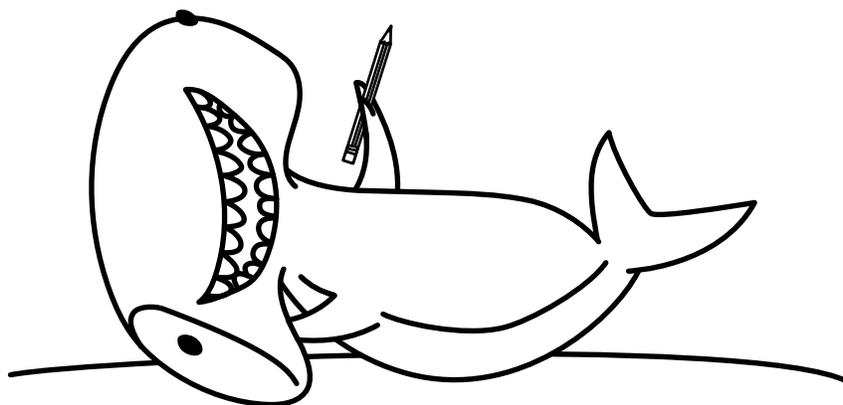
Relájate y cuida tu sonrisa

Las actividades relajantes, como esta búsqueda de palabras, te proporcionan un buen momento para pensar. Con esta actividad, puedes pensar en cómo cuidar tus dientes. Así que acomódate, relájate y sonríe mientras encuentras las palabras a continuación. Cada palabra está relacionada con algo que es bueno para tu salud bucal.

Aparatos dentales	Dentista	Hidratarse	Manzanas
Cepillo	Fresas	Kiwi	Protector bucal
Cepillo de dientes	Hilo dental	Leche	Zanahorias

Encierra en un círculo cada palabra que encuentres. Mira hacia arriba, hacia abajo, hacia adelante y en diagonal. Tacha las palabras en la lista a medida que las encuentres.

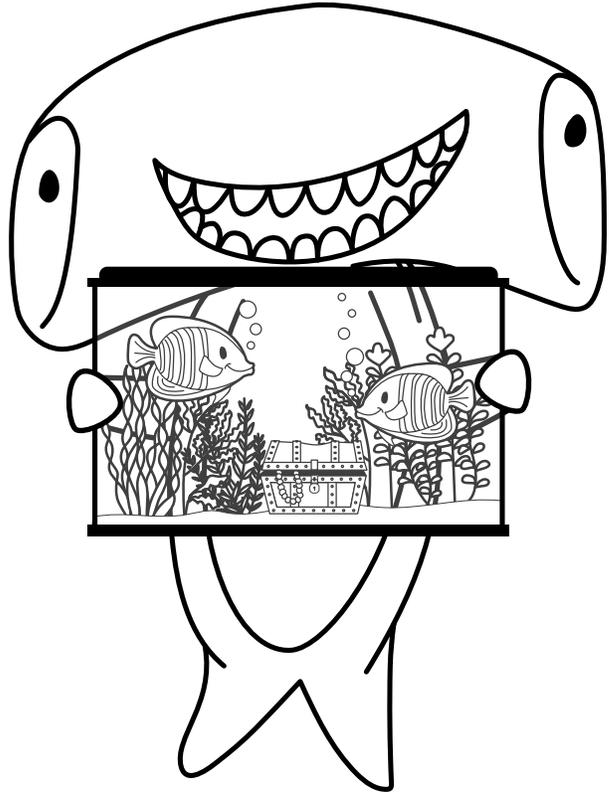
D A P A R A T O S D E N T A L E S P X I
L D K P R O T E C T O R B U C A L O L L
Z F T X R D L V M L X N U P X Z X U M T
H A W D B Y U I P U E X Z F S Q C S P U
I C E P I L L O Q H I D R A T A R S E X
L R V K N J M Q D X D X S K C C V W H G
O T M Q C E P I L L O D E D I E N T E S
D S V A T C Y Z R K N E Z J E V C P X D
E D C O N J X J R Z A N A H O R I A S Y
N K I W I Z L F K F M L B Q V A H X H O
T X P N V I A Y H Z R D E Q O J X D N J
A I T V X V J N H U Z E V C X K X Q P E
L D E N T I S T A L T O S J H Z E H F T
O V M J H B C D V S M Y L A O E F R X V
J U G S S O D Y Y V G J T E S X S A K I



¿Qué es ese olor? Dale a tu mascota un hogar limpio.

A Finn le gusta divertirse y explorar, pero cuando llega a casa, le gusta que su habitación esté limpia. Y a tus mascotas también. Si una pecera está sucia se llenará de unas plantas verdes y suaves que se llaman algas. También podría haber otras bacterias que pueden dañar a tu mascota.

Los peces tienen sentido del olfato, igual que tú! Por lo tanto, tu mascota también apreciará un hogar limpio.



Las algas pueden causar mal olor. Las algas de la pecera son como las bacterias malas de tu boca. Con el tiempo, generan mal olor y pueden hacer que tu mascota se enferme.

Si no cuidas bien tu salud bucal cepillándote los dientes, usando hilo dental y bebiendo agua con frecuencia, puedes tener mal aliento y caries.

Estos son algunos consejos para mantener el hogar de tu mascota limpio y tu boca sana.

1

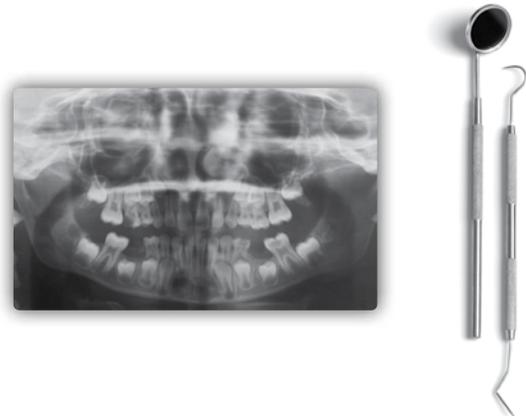
Consigue las herramientas adecuadas para el trabajo.

Probablemente necesitarás un adulto para ayudarte. Y es posible que necesites herramientas especiales, como un cepillo para fregar las algas o guantes de goma para protegerte las manos. Tu dentista también utiliza herramientas especiales para cuidarte los dientes, como un espejo bucal y radiografías.

LIMPIEZA DE LA PECERA



LIMPIEZA DE LA BOCA

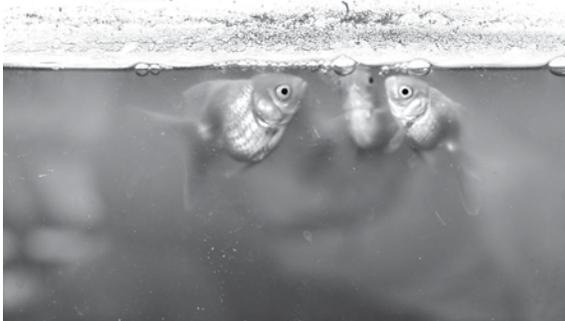


2

No faltes a ninguna limpieza.

Si no limpias la pecera de tu mascota, el agua puede ser poco saludable y comenzar a generar mal olor. Del mismo modo, debes cepillarte los dientes todos los días y visitar al dentista con frecuencia para realizarte limpiezas. Esto ayuda a mantener una sonrisa sana y elimina el mal aliento.

LIMPIEZA DE LA PECERA



LIMPIEZA DE LA BOCA



3

Cepíllate en los lugares de difícil acceso.

Quitás las algas de las rocas, plantas, pequeños cofres de tesoros y cualquier otra cosa que parezca sucia. Al igual que cuando te cepillas los dientes y usas hilo dental. Debes cepillar la superficie de cada diente, incluso de los que están en la parte de atrás.

LIMPIEZA DE LA PECERA



LIMPIEZA DE LA BOCA

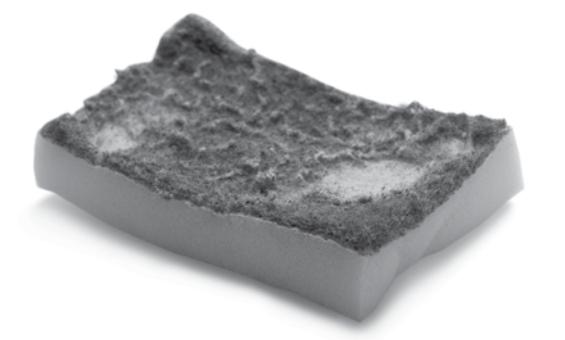


4

Mantén todo al día.

También deberás reemplazar el cepillo de fregado cuando esté sucio o demasiado desgastado para limpiar las algas. ¡Y tampoco recomendamos usar un cepillo de dientes viejo! Es una buena idea comprar un cepillo de dientes nuevo cada tres o cuatro meses. Tal vez debas pedirle a un adulto que te compre uno antes si el cepillo de dientes parece deshilachado.

LIMPIEZA DE LA PECERA



LIMPIEZA DE LA BOCA



