

TUS DIENTES ESTÁN VIVOS

CUÍDALOS

¡SONRÍE!

**PROGRAMA DE SALUD BUCODENTAL GRATUITO
PARA NIÑOS Y NIÑAS DE 6 A 16 AÑOS**



La Rioja



Rioja
Salud

**SERVICIO
PREVENTIVO
GRATUITO** DEL
GOBIERNO DE LA RIOJA
A TRAVÉS DEL SERVICIO
RIOJANO DE SALUD

SÓLO TIENES QUE
LLAMAR A **SALUD
RESPONDE**
941 29 83 33,
SOLICITAR CITA PREVIA EN
TU UNIDAD DE SALUD
BUCODENTAL Y ACUDIR SIEMPRE
A LAS CITAS

HEMOS MEJORADO Y
AMPLIADO LA CARTERA
DE SERVICIOS EN
SALUD BUCODENTAL.
TE AYUDAMOS
A TENER UNA
BOCA SANA





SI QUIERES DECIR
NO A LAS CARIES
TIENES QUE SABER LO IMPORTANTE QUE ES:

CEPÍLLATE LOS DIENTES
CON PASTA FLUORADA
DESPUÉS DE CADA
COMIDA, Y SOBRE TODO
ANTES DE ACOSTARTE

ENJUÁGATE
LA BOCA CON FLÚOR
UNA VEZ A LA SEMANA



COME
FRUTAS Y VERDURAS
PARA QUE TUS DIENTES
SEAN MÁS SANOS



EVITA LOS ALIMENTOS QUE
TENGAN **AZÚCAR** (ZUMOS,
REFRESCOS, GOLOSINAS,
ALIMENTOS PROCESADOS)
Y SI LO HACES, CEPÍLLATE
DESPUÉS LOS DIENTES



PARTICIPA
EN LAS REVISIONES
Y ACTIVIDADES DE
SALUD BUCODENTAL Y
SIGUE SUS CONSEJOS.

**VETE AL
DENTISTA**

