

American Dental Association

ADACommons

Patient Dental Health Education Brochures

Special Collections

1970

☒Hagalo! [Spanish language version: Do It!] (1970)

American Dental Association

Follow this and additional works at: <https://commons.ada.org/patientbrochures>



Part of the [Dental Hygiene Commons](#), [Dental Public Health and Education Commons](#), and the [History of Science, Technology, and Medicine Commons](#)

Recommended Citation

American Dental Association, "☒Hagalo! [Spanish language version: Do It!] (1970)" (1970). *Patient Dental Health Education Brochures*. 141.

<https://commons.ada.org/patientbrochures/141>

This Book is brought to you for free and open access by the Special Collections at ADACommons. It has been accepted for inclusion in Patient Dental Health Education Brochures by an authorized administrator of ADACommons. For more information, please contact commons@ada.org.

¡Hágalo!



¡Una boca limpia ayuda a prevenir *enfermedades de las encias y caries dentales!*

ENFERMEDAD DE LAS ENCIAS (“piorrea”) Encias rojas o hinchadas que sangran cuando se cepilla los dientes, son señas de enfermedad de las encias. Si la enfermedad empeora le puede atacar el hueso que sostiene sus dientes. Y usted puede perder sus dientes a menos que no tenga un dentista que le trate el problema enseguida.

CARIES DENTALES (“picaduras” de diente) Las caries de dientes hace pequeñas picaduras en sus dientes y se llaman “cavidades.” Cuando estas cavidades se ponen más grandes a menudo causan *dolores de muela*. Y se pueden poner tan malos que los dientes picados tienen que ser extraído. Usted puede perder muchos dientes de ésta manera, a menos que vaya a un dentista a examinarse las dentaduras regularmente. Entonces el puede tratar las cavidades cuando todavía están pequeñas.

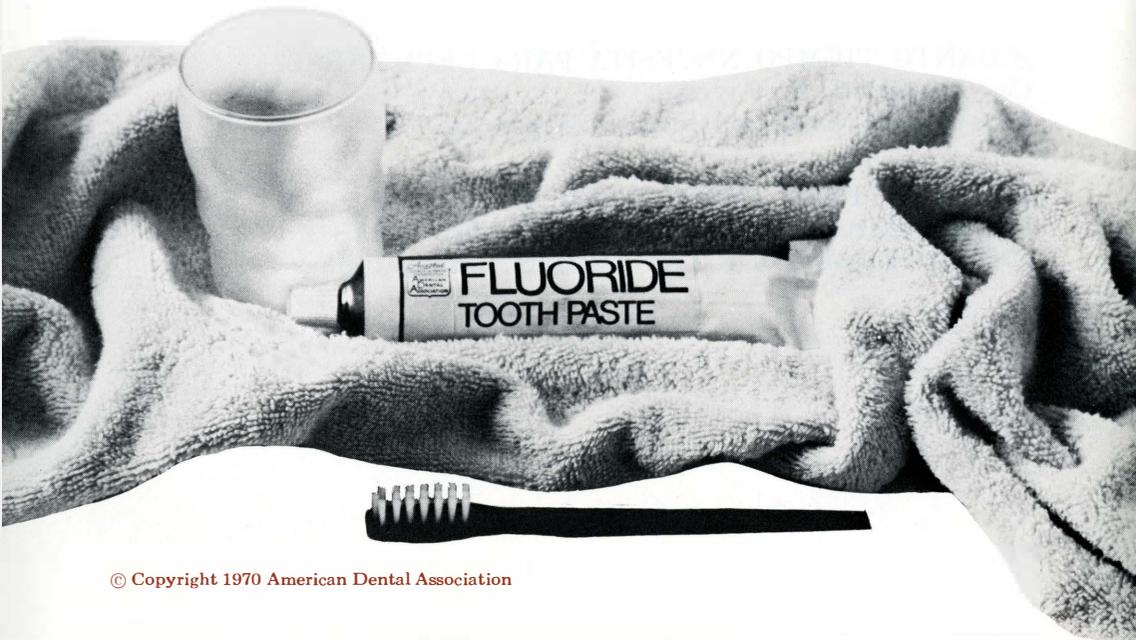
¿Cómo enfermedades de las encias y caries dentales puede afectarle a usted?

Algunas maneras en que enfermedades de las encias puede afectarle—

1. Dolor
2. Pérdida de Dientes
3. Mala Apariencia
4. Pronunciacion Pobre
5. Pérdida de Tiempo en el Trabajo o la Escuela
6. Tratamiento Costoso

Pero *usted* puede ayudar a prevenir todo esto →

¡Cepille sus dientes y
encías a menos un
vez por día!



© Copyright 1970 American Dental Association

¿Que es lo bueno de una
boca limpia?

Una boca limpia

- ¡se ve bonita!
- ¡se siente bien!
- ¡huele bonita!



¡Cuando *Hacerlo!*

CEPILLE SUS DIENTES Y ENCIAS POR *LO MENOS* UNA VEZ AL DÍA.

Un buen tiempo para cepillar es antes de acostarse o después de la última comida todos los días. Así usted puede deshacerse de comida y germen que se han acumulado durante el día.

Si usted puede, cepille sus dientes *más* de una vez al día. Después de cada comida o golosina es el mejor tiempo para cepillarse. Mientras más limpia usted mantiene sus dientes y encías, mejor combate las enfermedades de las encías y cavidades de diente.

¿CUANTO TIEMPO NECESITA PARA CEPILLARSE?

Cepille cada sitio 8 o 9 veces.

Para un buen trabajo se toman varios minutos.

Recuerde . . . PARA VERSE Y SENTIRSE BIEN y
PARA COMBATIR LAS CAVIDADES DENTALES Y
ENFERMEDADES DE LAS ENCIAS . . . Tome tiempo

¡Hágalo!

¡Cepille sus dientes y encías
a menos un vez por día!



¡Como Hacerlo!

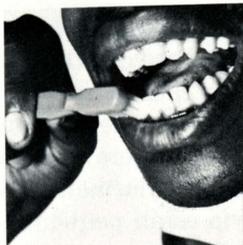
Un buen modo seria asi—

Cepille
EL INTERIOR



Cepille HACIA ABAJO los dientes de ARRIBA, empezando desde las encias. Cepille HACIA ARRIBA los dientes de ABAJO empezando con las encias.

Cepille
EL EXTERIOR



Cepille HACIA ABAJO los dientes de ARRIBA, empezando con las encias. Cepille HACIA ARRIBA los dientes de ABAJO empezando con las encias.

Cepille Las
SUPERFICIES
DE MASTICAR



Cepille de un LADO-A-OTRO en los sitios donde usted mastica

CEPILLE COMPLETAMENTE. Cepille los lados y por encima de cada diente y sus encias también.

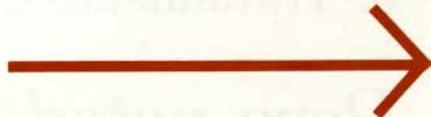
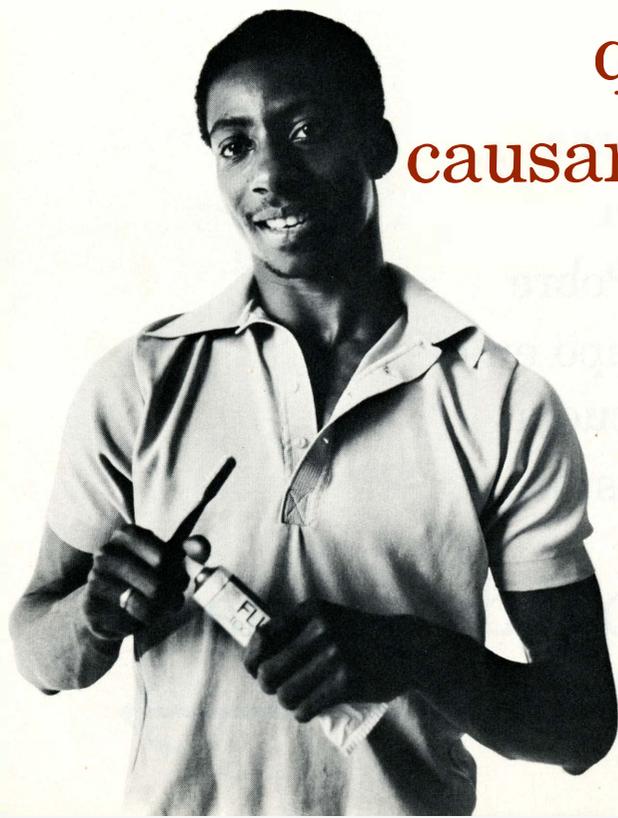
¿ES NECESARIO USAR PASTA DE DIENTE? No. Usted puede usar sal, bicarbonato de soda, o polvo dentrífico en vez de pasta de diente. Pero las pastas de dientes con *fluoruro* son las mejores. Fluoruro ayuda a proteger sus dientes de cavidades.



Algunas pastas de diente con fluoruro se a probado que ayudan a prevenir cavidades. Estas pastas enseñan el sello de las American Dental Association en la caja o tubo.

¿ENJUAGARSE CON ASTRINGENTES ES IGUAL QUE CEPILLARSE? No. Un enjuague bucal solamente esconde mal aliento por corto tiempo.

¡Todos los días usted puede
cepillar y deshacerse de
comida y germen
que ayudan a
causar enfermedad
de las encías
y caries
dentales!



American Dental Association
211 East Chicago Avenue
Chicago, Illinois 60611
Printed in U.S.A.

G41

12345

210