

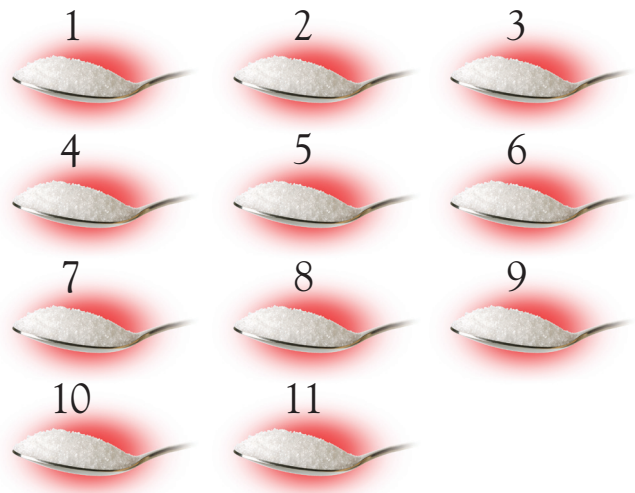
¡Para tener dientes más *saludables*, deja de tomar bebidas enlatadas!



Si tomas refresco todo el día...*tendrás caries, ¿lo sabías?*



= 11



lata de refresco

¡cucharaditas de azúcar!

Imagina esto:

1. Abre la boca y echa 11 cucharaditas de azúcar.
2. Agrega algo de ácido y un poco de agua; mezcla bien. Repite todo el día.
3. Los gérmenes de tu boca se alimentan de todo ese azúcar y producen más ácido, lo que causa más caries.

Eso es exactamente lo que sucede si bebes refrescos a lo largo del día.

Elige agua en lugar de bebidas endulzadas con azúcar para que tu boca y tu cuerpo estén más saludables.

California Dental Association

Promoviendo la importancia de una buena salud bucal.
Para obtener más información, visite cda.org

