**Profilaktyka zdrowego uśmiechu:**

1. Kontrola dentystyczna przynajmniej raz w roku

2. Mycie zębów 2 razy dziennie minimum 3 minuty pod opieką osoby dorosłej

3. Jedzenie twardych pokarmów odpowiednich do wieku, unikanie papek i przecierów, podawanie np. jabłka ze skórką.

4. Unikanie słodyczy

5. Nawyk picia i jedzenia tylko ze swoich naczyń i sztućców

6. Dobry przykład mamy i taty :)