



# Caries dental

¿Cómo evitarla y detectarla?

La caries es una enfermedad infecciosa

## ¿Cómo evitarla?



Cepíllate  
3 veces  
al día



Utiliza  
la seda dental  
2 veces al día



Visita  
al odontólogo  
periódicamente



Evita  
el tabaco  
y alcohol



Reduce  
el consumo  
de alimentos  
y bebidas  
azucaradas



Si tienes caries  
**notarás**



Sensibilidad



Dolor



Manchas  
en los dientes

