

# cómo prevenir el mal aliento crónico



- **Lleva una buena higiene bucal.**
- **Mantén una buena hidratación.**
- **Come frutas y verduras.**
- **Visita a tu dentista.**
- **Evita alimentos que provoquen mal aliento.**
- **Reduce el tabaco, café y alcohol.**

DEPARTAMENTO DE  
**SALUD**



# Cómo prevenir el **mal aliento crónico**

- Visita a tu dentista al menos dos veces al año.
- Evita alimentos que provoquen mal aliento.
- Reduce el consumo de café y alcohol.
- Lleva una buena higiene bucal.
- Come frutas y verduras.
- Deja el uso de tabaco.
- Toma agua.



# cómo prevenir la halitosis



- **Lleva una buena higiene bucal.**
- **Mantén una buena hidratación.**
- **Come frutas y verduras.**
- **Visita a tu dentista.**
- **Evita alimentos que provoquen mal aliento.**
- **Reduce el tabaco, café y alcohol.**

DEPARTAMENTO DE  
**SALUD**

