



Minha Tabela de Escovação

Meu nome é: _____

(nome da criança)

Eu escovo os dentes três vezes ao dia com creme dental com flúor, depois do café da manhã, ☀️
depois do almoço 🍽️ e antes de dormir. 🌙

Para a família: Certifique-se de que seu filho escova por 2 minutos e use uma quantidade de creme dental com flúor do tamanho de uma ervilha. *Marque na tabela depois da escovação. Lembre os outros membros da família desse bom hábito e peça para marcarem também!

Comece aqui



Dia 1



Dia 2



Dia 3



Dia 4



Dia 5



Dia 6



Dia 7



Dia 8



Dia 9



Dia 10



Dia 19



Dia 18



Dia 17



Dia 16



Dia 15



Dia 14



Dia 13



Dia 12



Dia 11



Dia 20



Dia 21



Dia 22



Dia 23



Dia 24



Dia 25



Dia 26



Dia 27



Dia 28



Você conseguiu!



www.colgate.com.br/bsbf

© 2019 Colgate-Palmolive Company. Todos os direitos reservados. Uma Iniciativa Global de Saúde Bucal.