

COMO LAVARSE LOS DIENTES

Si quieres tener una sonrisa como Colgate, tienes que tener unos dientes blancos y limpios. Sigue estos pasos de cómo lavarte los dientes.

PRIMERO: Tienes que tener un cepillo de dientes, pasta dental y agua.

SEGUNDO: Con tu mano derecha agarra la pasta dental y con la otra mano gira la tapa hacia la izquierda para destapar la crema.

TERCERO: Suelta la tapa de tu mano y coges el cepillo de la parte del mango con la mano que tienes libre. Luego **gira la mano que tiene la pasta de dientes hacia el cabezal del cepillo**, aprietas los dedos de tu mano derecha hacia arriba para que salga la pasta y lo untas en la parte del cabezal del cepillo.

CUARTO: Suelta la crema y pasa el mango del cepillo de la mano izquierda a la mano derecha, dirige el cabezal del cepillo a la boca/ los dientes y cepilla en redondo o de arriba abajo de extremo a extremo, luego saca la lengua y cepillala.

QUINTO: Suelta el cepillo y con tu mano derecha, coges el vaso de agua y dirígelo a tu boca para enjuagar tus dientes.

Si sigues estas instrucciones, podrás tener una sonrisa *Colgate*.

Maguampi L. M. 4º ESO