

# Cepillarse, Libro, Cama

Establezca una rutina nocturna regular que incluya cepillarse los dientes, leer juntos y luego irse a la cama.



A los niños les encantan las rutinas: cepillarse, libro, cama



Obtenga más información en [www.healthyChildren.org/BrushBookBed](http://www.healthyChildren.org/BrushBookBed).

American Academy of Pediatrics

DEDICATED TO THE HEALTH OF ALL CHILDREN™



La información incluida en este afiche no debe usarse como reemplazo de la asistencia médica y los consejos de su pediatra. Es posible que existan variaciones en el tratamiento que su pediatra pueda recomendar de acuerdo con hechos y circunstancias individuales. Las personas que aparecen en las fotografías en esta publicación son modelos profesionales. No tienen ninguna relación con los temas tratados. Cualquier personaje que estén representando es ficticio. Este afiche fue desarrollado por la American Academy of Pediatrics. Los autores y colaboradores son autoridades expertas en el área de la pediatría. No se ha solicitado ni aceptado ninguna participación comercial de ningún tipo en la preparación de los contenidos de este afiche. Derechos de autor © 2015 American Academy of Pediatrics | Todos los derechos reservados.



Este proyecto está financiado, en parte, por las donaciones a la Fundación Friends of Children de la American Academy of Pediatrics.



El programa piloto Cepillarse, Libro, Cama está financiado en parte por Young Innovations, Inc.