



Me lavo los dientes.

1. Cuando me lavo los dientes, voy al baño para usar mi pasta de dientes, mi cepillo de dientes y un vaso.
2. Abro el grifo del lavabo y mojo las cerdas del cepillo de dientes. Luego, cierro el grifo.
3. Abro la pasta de dientes y coloco una pequeña cantidad en el cepillo de dientes.
4. Abro la boca y me coloco el cepillo de dientes con pasta de dientes en la boca.
5. Me lavo los dientes en pequeños círculos. Me lavo la parte exterior, interior, superior e inferior de los dientes. Intento no tragar la pasta de dientes cuando me cepillo los dientes.
6. Luego de terminar de cepillarme los dientes, me enjuago la boca con agua y escupo con cuidado dentro del lavabo.
7. Cuando termino de cepillarme los dientes, enjuago el cepillo de dientes bajo el agua para limpiarlo.

