



SOME PEOPLE ENJOY HAVING A HALLOWEEN OF HORROR, BUT NO ONE ENJOYS THE HORROR IF IT COMES FROM DENTAL DISEASE.

DID YOU KNOW:

- Sour candies are popular.
- Candies are sour because they are made with acid.
- Acids found in candies include: citric, malic, adipic, lactic, tartaric, and fumaric. Some of these acids are used for cleaning purposes and the acid levels in these candies are similar to battery acid!
- Softening of teeth occurs at an acid level (pH) between 1 and 5.5
 - ◊ Sour candies have a pH between 1 and 4.
- Sour candies expose teeth to acid and sugar.
- There can be a dramatic increase in the number of cavities, loss of shine, dental sensitivity and erosion of teeth of those who eat candy.



BE PREPARED FOR HALLOWEEN AND PROTECT YOUR TEETH!!!



- Avoid, limit or reconsider choosing or eating candy labeled “sour or tart.”
 - Look for acids listed in the ingredients and avoid them: citric, lactic, malic, tartaric, fumaric, adipic or ascorbic.
- Don't be fooled by “concentrated fruit juice extracts,” which is a code phrase for ingredients that can be highly acidic.
 - Rinse your mouth with water immediately if you eat sour candies.
 - Wait 30 minutes before brushing to allow teeth to re-harden.





ALGUNAS PERSONAS LES GUSTA CELEBRAR UN HALLOWEEN DE HORROR PERO NADIE GOZA DEL HORROR QUE TRAE UNA ENFERMEDAD DENTAL.

SABÍA USTED QUE:

- Los dulces agrios son populares.
- Los dulces son agrios porque están hechos con ácido.
- Los ácidos que se encuentran en los dulces incluyen: cítrico, málico, atípico, láctico, tartárico, y fumaric. ¡Algunos de estos ácidos se usan para limpiar y los niveles del ácido en estos dulces son similares al ácido de una bacteria!
- Los dientes se ablandan cuando el nivel del ácido (pH) está entre 1 y 5.5
 - ◊ El nivel de ácido en los dulces agrios está entre 1 y 4.
- Los dulces agrios exponen a los dientes con ácido y azúcar.
- Puede haber un incremento en el número de caries, pérdida de brillo, sensibilidad dental y erosión en los dientes en aquellos que comen dulce.



¡¡¡PREPÁRESE PARA HALLOWEEN Y PROTEJA SUS DIENTES!!!



- Evite, limite, o reconsidere al escoger o comer dulces que digan “amargo o agrio.”
- Vea los ácidos con los ingredientes ya mencionados y evítelos: cítrico, láctico, málico, tartárico, fumaric, atípico o ascórbico.
- No se deje engañar por los “extractos de jugo concentrado,” que es una frase clave para ingredientes que pueden ser altos en ácido.
- Enjuague su boca con agua inmediatamente si usted come dulces agrios.
- Espere 30 minutos antes de cepillar para permitir que sus dientes se endurezcan nuevamente.

