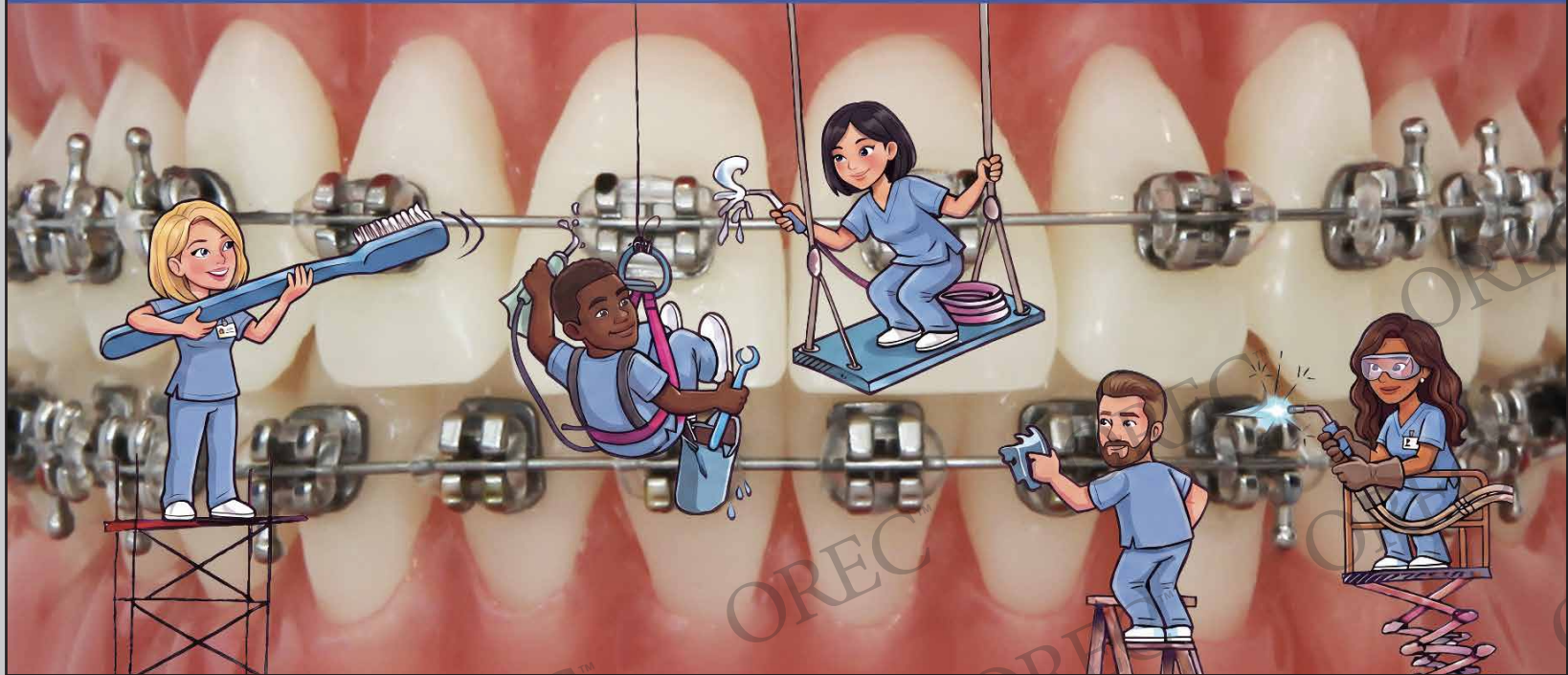
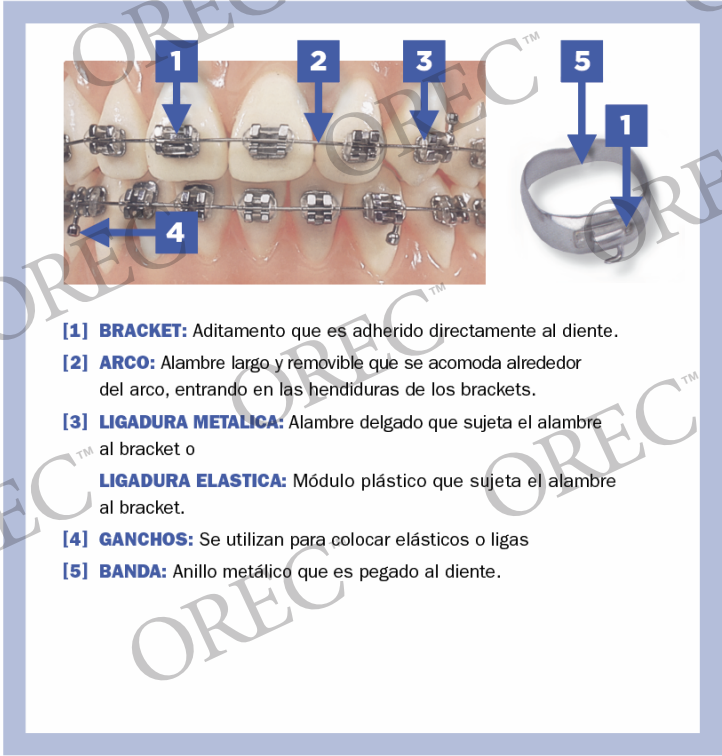


CEPILLADO Y USO DE HILO DENTAL EN TRATAMIENTOS DE ORTODONCIA



Es tu responsabilidad mantener tus dientes y aparatos perfectamente limpios



CEPILLADO Y USO DE HILO DENTAL EN TRATAMIENTOS DE ORTODONCIA

CEPILLADO

1 Utiliza un cepillo seco con un poco de pasta. Coloca el cepillo en la unión de tus dientes y tus encías.

2 Con movimientos circulares, cepilla 10 segundos cada diente.

3 Cepilla cuidadosamente cada arcada, en cada diente. Cepilla las superficies de masticación.

4 Dobla el cepillo de dientes arriba y abajo de los brackets y alrededor del alambre. Cepilla tu lengua y tu paladar.

COMO
Usa un cepillo de cerdas blandas (o cepillo de dientes eléctrico si prefieres).

CUÁNDO
Cepilla después de cada comida o bocado. Si no puede cepillar los dientes inmediatamente, enjuague su boca con agua para quitar comida y reduzca acidez.

HILO DENTAL

1 Pasa cuidadosamente el hilo sin cera entre el alambre y los brackets. Te puedes ayudar con un enhebrador.

2 Pasa el hilo alrededor de los brackets.

3 Pasa el hilo cuidadosamente en el área de la encía.

4 Pasa el hilo cuidadosamente alrededor de cada diente.

Si no puede usar hilo dental tradicional, puede utilizar otros métodos para limpiar entre los dientes y alrededor de los brackets. Los irrigadores bucales y los aplicadores de hilo dental son alternativas comunes. Pregunte a su ortodoncista qué método es el más adecuado para usted.

COMO
Pasando el hilo entre los dientes y entre los brackets.

CUÁNDO
En las noches antes o después del cepillado.

WHY
El hilo remueve toda la placa que el cepillado no elimina.

Concentrate en la zona de mas peligro!
es el espacio entre las bandas o brackets y las encias!