

¿Cómo cepillarse?

- Siempre utiliza un cepillo de dientes de cerdas suaves
- Utiliza una cantidad pequeña de pasta dental con fluoruro
- Cepille el mismo patrón cada vez
- Utilice el cepillado en pequeños movimientos circulatorios en la superficie del diente
- Incline el cepillo hacia las encías y utiliza un movimiento suave y circular en todas las superficies de los dientes de adentro y afuera
- Mantenga el cepillo hacia arriba y hacia abajo por el interior de los dientes superiores e inferiores delanteros
- No olvide cepillarse la lengua
- Cepillo durante 2-3 minutos, por la mañana y la noche

