

# Cómo usar el hilo dental en coronas, puentes e implantes

Las bacterias se acumulan en cada uno de los recovecos de la boca. Allí pueden deteriorar los dientes, las encías y el hueso. Las bacterias pueden incluso cariar los dientes que están debajo de los tratamientos dentales, como las coronas y los puentes (restauraciones). Con el cepillado, se eliminan las bacterias presentes en las superficies de fácil acceso. Pero es importante usar el hilo dental todos los días para limpiar los lugares adonde no llega el cepillo.

## Uso diario del hilo dental

Con el uso diario del hilo dental, se eliminan las bacterias presentes en los espacios interdentales, debajo de los puentes y alrededor de los implantes.

- Limpie todas las superficies debajo de las restauraciones y en sus alrededores con la misma minuciosidad con la que limpia los dientes naturales. La técnica también es prácticamente la misma.
- El hilo dental se puede usar con un aplicador o con un instrumento descartable para hilo dental. De este modo, puede pasarse el hilo con una sola mano. Podría usar el hilo dental mientras hace otras tareas, como trabajar en el escritorio.
- Para pasar el hilo dental de la manera más efectiva, haga lo siguiente:
  - Tome unos 45 cm (18 pulgadas) de hilo dental y enrolle los extremos alrededor de los dedos medios.
  - Deslice el hilo en los espacios interdentales con cuidado. Apóyelo contra la cara lateral del diente como formando una letra C. Deslícelo varias veces hacia arriba y hacia abajo contra los dos lados de cada diente. También asegúrese de usar el hilo dental en la parte posterior del último diente de cada lado de la boca.



## Auxiliares de limpieza

Si usa auxiliares de limpieza especiales, puede facilitar la limpieza de todas las superficies de los dientes:

- Los limpiadores de dentaduras postizas llegan a las superficies inaccesibles al cepillo.

- Los aplicadores de hilo dental permiten limpiar lugares de difícil acceso.
- Los cepillos interdentales, o interproximales, limpian dentro de los espacios, como debajo de un puente o entre un diente y otro.
- Los cepillos eléctricos permiten limpiar los dientes de forma más eficaz con menor esfuerzo.