

Paso a Paso: Cepillando tus Dientes y Frenos

Cepillando tus Dientes y Frenos. Pon pasta de dientes en tu cepillo dental.

Presiona el cepillo de dientes contra la parte delantera de tus dientes, encima de los frenos y con cuidado cepíllalos con movimiento circular.

Presiona el cepillo en la parte trasera de los dientes de abajo y repite el movimiento circular. Asegúrate de cepillar hacia arriba y hacia abajo. Coloca el cepillo detrás de los dientes superiores y cepíllalos de arriba hacia abajo.

Coloca el cepillo encima de los dientes y cepilla hacia atrás y hacia adelante. Coloca el cepillo en tu lengua y cepíllala hacia atrás y adelante hasta que hayas limpiado toda la lengua.

El contenido de éste sitio web/video es únicamente informativo. Nada contenido en éste sitio web/video pretende sustituir al consejo médico, diagnóstico o tratamiento. Si tienes alguna preocupación o duda relacionada con tu salud, debes buscar consejo de tu doctor o profesionales médicos calificados. Nunca debes ignorar la importancia del consejo médico debido a algo que hayas visto o leído en este sitio web/video. Nunca debes retrasar tratamiento a consejo médico para una condición de salud debido a algo que hayas visto o leído en este sitio web/video.