

# Paso a Paso: Limpieza de Dientes y Frenos con Hilo Dental

## Limpieza de Dientes y Frenos con Hilo Dental.

Pasa el hilo dental por el hoyo de un enhebrador de hilo dental y luego pasa el hilo dental a través del alambre frontal de los frenos en los dientes superiores.

Pasa el enhebrador del hilo dental por completo hasta que una punta del hilo haya librado el alambre. Enreda el hilo dental en la punta de tus dedos y mueve el hilo entre tus dientes.

Mueve el hilo hacia arriba y hacia abajo en forma de 'C' entre tus dientes varias veces. Ensarta otro tramo de hilo dental por el enhebrador de hilo dental.

Pasa el enhebrador de hilo dental a través del alambre de enfrente de los dientes de abajo. Pasa el enhebrador de hilo dental por completo hasta que una punta del hilo haya librado el alambre.

Enreda el hilo dental en la punta de tus dedos y mueve el hilo entre tus dientes. Mueve hacia arriba y hacia abajo el hilo en forma de C entre tus dientes varias veces.

Este programa es solo para fines informativos. El editor se deslinda de cualquier garantía, con respecto a la exactitud, integridad o idoneidad de este video para la toma de decisiones médicas. Para todo asunto relacionado con la salud, por favor consulte a su profesional médico.

**healthclips**<sup>®</sup>