

# Paso a Paso: Limpieza de Dientes con Hilo Dental

Limpieza de Dientes con Hilo Dental. Enreda un tramo de hilo dental en las puntas de tus dedos medios y coloca los índices detrás de éste.

Usando las puntas de los dedos índices, guía el hilo dental entre los dientes de arriba. Mueve hacia arriba y hacia abajo el hilo entre tus dientes varias veces.

Coloca el hilo dental entre tus dientes de abajo. Mueve el hilo dental hacia arriba y hacia abajo y hacia atrás y adelante varias veces.

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.