Vida Saludable.

Higiene bucal

Profesora: Laura Guillen

Es muy importante la higiene bucal, ya que si tenemos una adecuada técnica de cepillado de nuestros dientes, evitamos las caries, tendremos limpios nuestros dientes y un buen aliento.

La técnica de cepillado más recomendada por los odontólogos consiste en colocar el cabezal del cepillo de dientes en un ángulo de 45 grados en la unión del diente y la encía abarcando 2 o 3 dientes y realizar movimientos horizontales de vibración sin desplazamiento y verticales

LIVEWORKSHEETS

de barrido para eliminar la placa dental y este movimiento se aplica también en la parte interior de los dientes posteriormente se procede a cepillar las superficies masticatorias de incisivos y molares, y luego inclinando el cepillo en forma vertical se realizan movimientos de barrido en la cara interior de los incisivos. Por último se cepilla la lengua para eliminar las bacterias que ahí viven.

Con base en el texto anterior uno con una línea la imagen con el texto que describe cada uno de los pasos!

Abarcar de 2 a 3 dientes, y realizar movimientos horizontales de vibración sin desplazamiento

Este mismo movimiento vertical de barrido se aplica de igual forma a la parte interna de las muelas

Este mismo movimiento vertical de barrido se aplica de igual forma a la parte interna de los dientes

Posteriormente se procede a cepillar las superficies masticatorias

Consiste en colocar el cabezal del cepillo en un ángulo de 45 grados en la unión de la encía y el diente

LIVEWORKSHEETS