

# Higiene: El cepillado de los dientes

Mira atentamente este video y después responde las siguientes preguntas:

- 1- ¿Cuántas veces es recomendable lavarse los dientes al día?  
Haz clic en la respuesta correcta.

Menos de 3 veces  
al día

Una vez al día

Al menos 3 veces  
al día

- 2- Arrastra cada palabra en el lugar correcto.

dientes

bacteriana

placa

adhiera

caries

molestia

Es importante cepillarse a menudo los dientes para que así, la

[ ] no se [ ] a nuestros dientes, ni  
tengamos pérdida de [ ], ni [ ], ni ninguna [ ]  
en la boca.

3- ¿Cuánto tiempo tenemos que emplear para lavarnos toda la dentadura?

2 minutos

30 minutos

3 minutos

4- ¿Por qué parte se empieza el cepillado?

Zona superior

Zona interior

Zona posterior

Zona exterior

5- ¿En el momento de realizar el cepillado, qué movimientos tenemos que hacer con el cepillo encima de los dientes?

Elige la o las opciones correctas.

Circulares, hacia arriba  
y hacia abajo

Solo  
verticales y  
horizontales

De las  
encias al  
borde de  
los dientes

Circulares

6- ¿Qué zona es la más problemática, donde se acumula más sarro?



7. ¿También debemos cepillar las zonas blandas, cuáles son?

