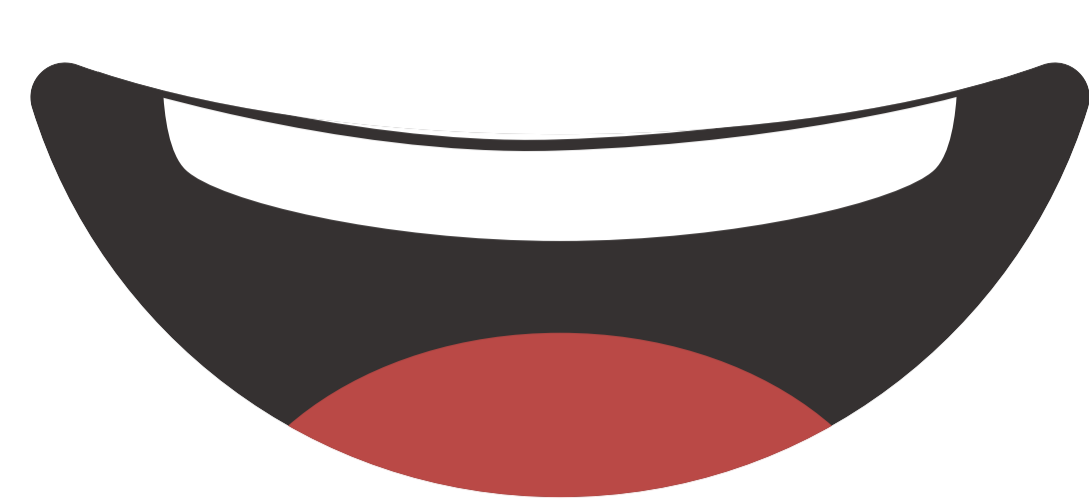


Boca sana, vida saludable



Pasos para una correcta higiene bucal

1



Lávate las manos con agua y jabón, antes de la higiene bucal.

2



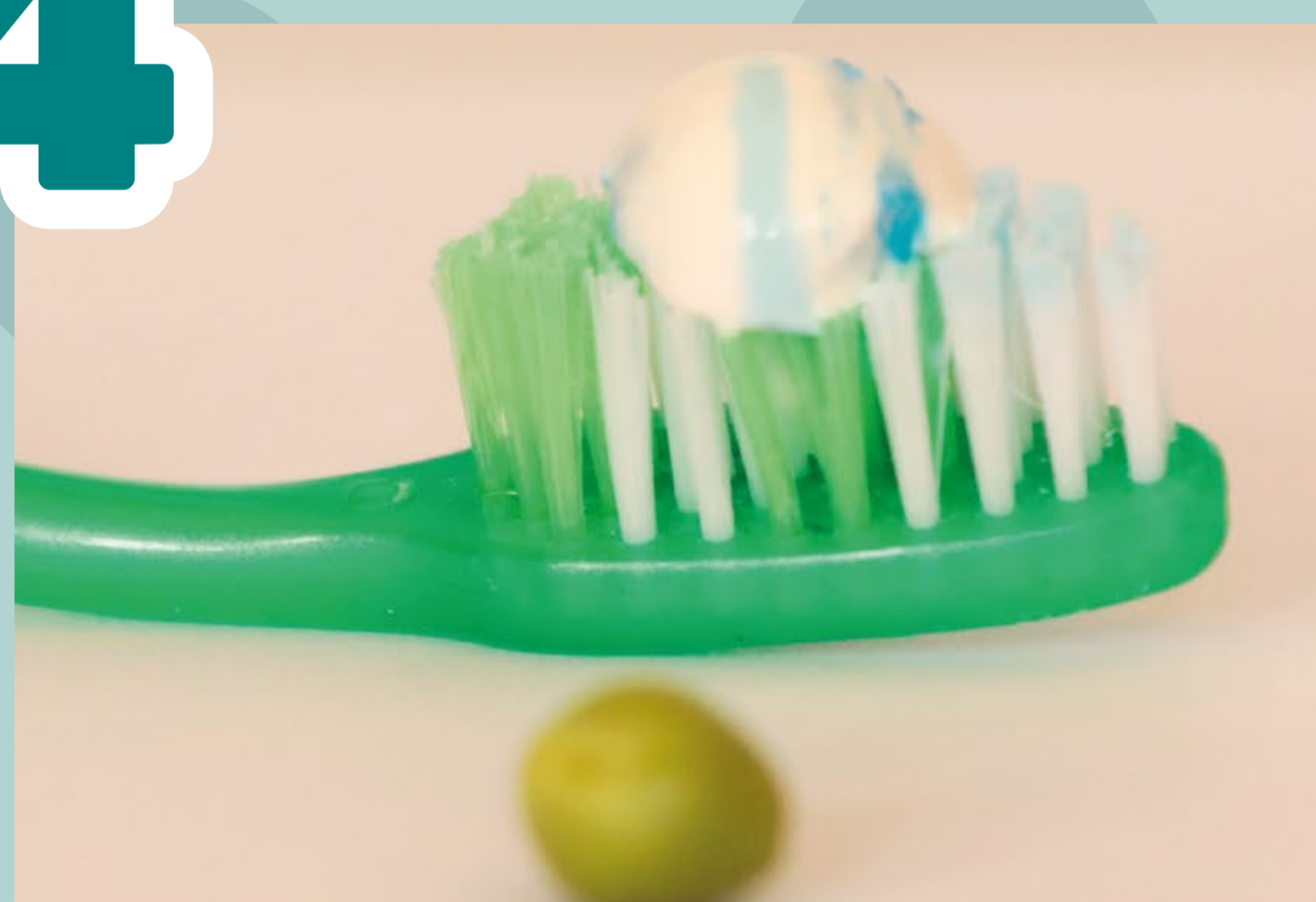
De ser posible, antes del cepillado usa hilo dental o cepillo interproximal para limpiar entre los dientes.

3



Cepilla los dientes con pasta dental fluorada. La cantidad para menores de 3 años es del tamaño de un granito de arroz.

4



La cantidad para mayores de 3 años es del tamaño de una alverja.

5



Escupe el exceso de pasta dental. No te enjuagues.

6



Si es posible, usa enjuague bucal sin alcohol dos veces al día.

7



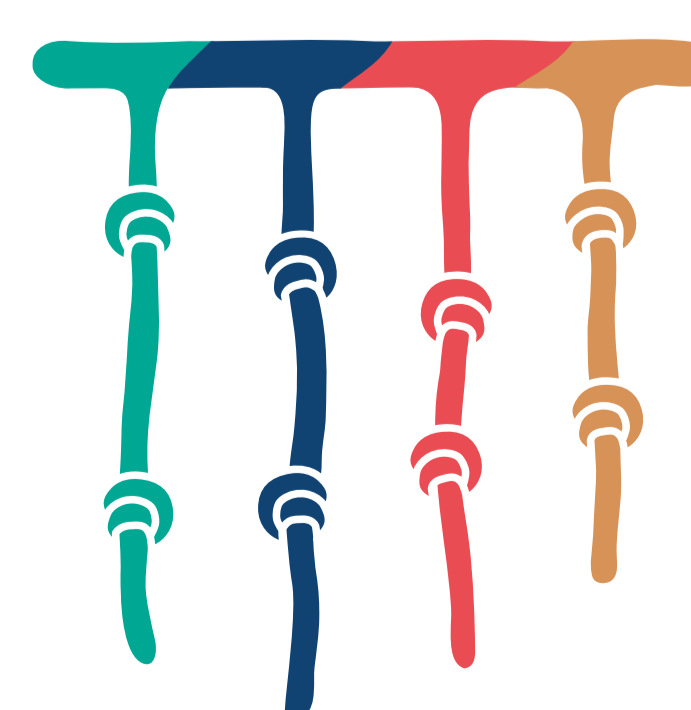
Si usas prótesis dental límpialas a diario.

Para más información llama gratis al ☎ 113



PERÚ

Ministerio de Salud



Siempre
con el pueblo