

HIGIENE BUCAL

A freqüente e cuidadosa escovação dos dentes e uso de fio dental ajuda a prevenir o acúmulo de placas e tártaro, os quais podem ocasionar cáries. Se a cárie se desenvolver, o tratamento pode custar caro.

Os dentes devem ser escovados no mínimo duas vezes por dia, de preferência sempre depois das refeições e antes de dormir, e deve-se usar fio dental pelo menos uma vez por dia. Para algumas pessoas o uso de fio dental pode ser recomendado depois de todas as refeições. Consulte um dentista se precisar orientação sobre as técnicas apropriadas de escovação e uso do fio dental.