



**ÁCIDOS PROCEDENTES DE LOS AZÚCARES DE LOS ALIMENTOS,
CAUSA Nº1 DE LA CARIES**



**Los azúcares están presentes
en casi todo lo que comemos y bebemos,
incluso en los alimentos saludables, como frutas y verduras**

**Reduzca su consumo
frecuente diario
de azúcar/carbohidratos**



Un cepillado minucioso ayuda a eliminar las bacterias que pueden dañar los dientes y provocar caries



El hilo dental es la mejor ayuda para limpiar entre los dientes donde el cepillo no puede llegar. Hable con su dentista o higienista si tiene alguna duda sobre el uso del hilo dental



Además de cepillarse y usar el hilo dental de forma regular, utilice un enjuague entre las comidas. Es una forma rápida y sencilla de proporcionar a sus dientes y encías protección adicional para prevenir la caries dental



Hágase una limpieza dental como mínimo dos veces al año; así ayudará a su profesional dental a detectar cualquier problema antes de que sea demasiado tarde. Su profesional responderá a todas sus preguntas y le podrá recomendar productos para mejorar su salud bucodental.



Para su cuidado bucodental diario utilice la pasta dentífrica más adecuada



Coloque el cepillo de
dientes a 45° en la línea
de la encía y cepille desde
esta línea hacia los bordes
dentales



Cepille las superficies internas de cada diente, donde la placa bacteriana se acumula en mayor proporción. Coloque el cepillo de dientes a 45° en la línea de la encía y cepille desde esta línea hacia los bordes dentales



Para las caras internas de los incisivos superiores e inferiores, cepille con el cepillo situado verticalmente



Cepille la cara oclusal (la de la masticación) con movimientos cortos de atrás hacia adelante. Limpiar la lengua al final del cepillado de todos los dientes



Inserte un pequeño trozo de hilo dental entre los dientes y aplíquelo alrededor de cada uno. Suavemente mueva el hilo arriba y abajo sin ejercer demasiada fuerza en las encías

Use un cepillo interdental para limpiar a fondo los lugares de difícil acceso entre los dientes



Máxima protección

con
Neutralizador
de los ácidos procedentes
de los azúcares de los alimentos

de los ácidos procedentes
de los azúcares de los alimentos

Trabajos científicos citados: 1. Wolff M, Corby P, Klaczary G, et al. *J Clin Dent*. 2013;24(Spec Iss A):A45-A54. 2. Santaripa RP 3rd, Lavender S, Gittins E, Vardevan M, Cummins D, Sullivan R. *Am J Dent*. 2014 Apr;27(2):100-5. 3. Kraivaphan P, Amornchat C, Tritarata T, et al. *Caries Res* 2013;47:582-590.
 *Resultados de un estudio clínico de 2 años frente a un dentífrico fluorado convencional, ambos con 1450 ppm de flúor.