

¿Tiene alguna pregunta?

Comuníquese con nuestra Línea de Consejos de Enfermería disponible las 24 horas. Estamos aquí para ayudarlo.



Inglés:

(888) 275-8750

Español:

(866) 648-3537

TTY/TDD:

711

Distribuido por Molina Healthcare. Todo el material de este folleto es solo informativo. Este documento no sustituye las recomendaciones de su proveedor.

Para obtener esta información en otros idiomas y formatos accesibles, llame al Departamento de Servicios para Miembros. Este número telefónico se encuentra al reverso de su tarjeta de identificación de miembro.



Uso del hilo dental

Cuidado dental

Usar hilo dental todos los días lo ayudará a tener dientes y encías saludables.

¿Por qué debe usar hilo dental?

El uso del hilo dental ayuda a eliminar restos de alimentos atrapados en lugares que el cepillo de dientes no puede alcanzar. También ayuda a eliminar la placa de los dientes.

¿Qué es la placa?

Las bacterias forman una placa que recubre los dientes. Puede causar enfermedad de las encías y caries.

¿Con qué frecuencia debe usar hilo dental?

Use hilo dental todos los días. Puede usarlo antes o después de cepillarse los dientes.

¿Cuál es el uso correcto del hilo dental?

Use aproximadamente 18 pulgadas de hilo dental. Envuélvalo alrededor de los dedos para tensarlo con firmeza. Pase el hilo dental alrededor de cada diente, suavemente por debajo de la línea de las encías. Deslice el hilo dental hacia arriba y hacia abajo en cada lado de cada diente.

