

¿CÓMO SE UTILIZAN?

Un día a la semana, después de cepillarte:

- 1.- Pon en la boca media pastilla de revelador o 2-3 gotas de solución reveladora.
- 2.- Mastica la pastilla hasta que esté bien triturada.
- 3.- Mueva la saliva por la boca durante un minuto o extiende el colorante con la lengua por todas las superficies dentarias.
- 4.- Escupe la saliva y enjuaga la boca con agua.
- 5.- Con un espejo de mano localiza las zonas que se han quedado pintadas, no olvides mirar la parte de los dientes que está al lado de la lengua y del paladar y también las caras que mastican.
- 6.- Coge el cepillo dental sin pasta y cepilla los dientes hasta que todas las zonas pintadas se queden blancas. Cepilla también la lengua.
- 7.- Toma una pequeña cantidad de pasta cepilla de nuevo tus dientes con pasta, escúpela y no te enjuagues con agua.
- 8.- Pinta en las bocas que tienes detrás las zonas coloreadas.
- 9.- Durante toda la semana trata de insistir con el cepillo en las zonas que se te habían quedado pintadas .



PLACA BACTERIANA

La placa bacteriana es una capa blanda y pegajosa de color blanco que se acumula sobre los dientes independientemente de que comamos o no. En ella viven las bacterias que hacen daño a los dientes y a las encías. Para aprender a quitarla bien, existen unas sustancias que la colorean para que podamos localizar donde está, se llaman reveladores de placa bacteriana.



DESCUBRE Y ELIMINA TU PLACA BACTERIANA

Departamento 9

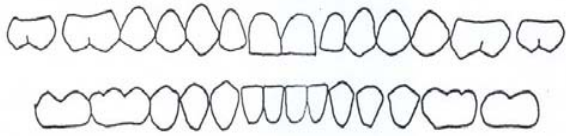
Centros de Salud de
Païporta, Xirivella y Alaquas

Carmen Llena Puy
Verónica Ausina Márquez

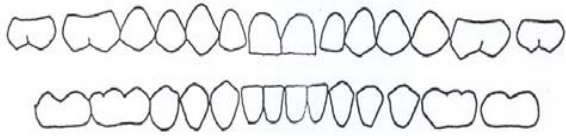


Descubre y elimina tu placa bacteriana

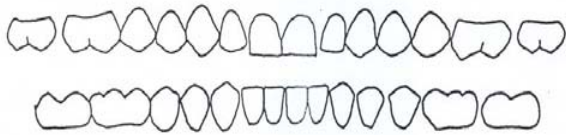
Nombre..... Fecha



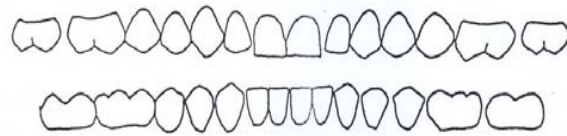
Nombre..... Fecha



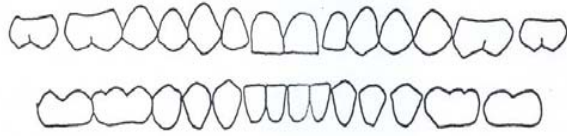
Nombre..... Fecha



Nombre..... Fecha



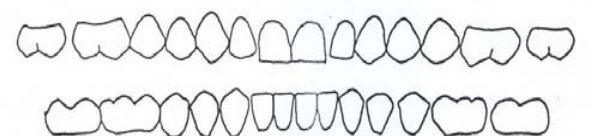
Nombre..... Fecha



Nombre..... Fecha



Nombre..... Fecha



Nombre..... Fecha



Nombre..... Fecha

