

Hablemos De Los Dientes

¿Sabe usted que su salud oral es importante a su salud en general?

Los dientes son para durar toda una vida. Así que asegúrese de cuidar sus dientes permanentes.



Es tan fácil como uno, dos, tres...

1. Use el hilo dental diariamente.
2. Lávese los dientes dos veces al día con una pasta de dientes con fluoruro. Visite a su dentista dos veces al año para el cuidado impeditivo.
3. Cepille las tres superficies de sus dientes, adentro, afuera, y la superficie de mascar. Lávese los dientes por tres minutos.
Cambie de cepillo de dientes cada tres meses.

Si usted tiene el **Plan de Salud Abri** y necesita ayuda en conseguir un médico por favor llámenos al **1-262-946-1160** o al **1-888-999-2404** nosotros le podemos ayudar.

