

5 sorprendentes tips para una mejor higiene bucal



Nunca vayas a dormir, sin antes limpiar y cepillar tus dientes

Porqué? Las bacterias en tu boca generan ácidos y toxinas que se encuentran en tus dientes mientras duermes, incrementando el riesgo de caries y enfermedades en las encías.



Usa hilo dental antes de tu cepillado

Porqué? El 40% de la superficie de dental se encuentra en medio de tus dientes! ¿Quién lo pensaría? Estudios clínicos muestran que removiendo las bacterias que se encuentran entre los dientes ayuda a tener una mejor limpieza con el cepillo dental.



Cepilla tu lengua diariamente

Porqué? Puede sonar un poco raro, pero limpiar tu lengua es importante. Las bacterias que viven en tu lengua son los principales responsables de un mal aliento.



Es importante cuidar la posición de tu cepillo inclinado en línea a tus encías.

Porqué? Situar las cerdas de cepillo dental en los dientes con un ángulo de 45 grados, te permitirá que las cerdas puedan deslizarse por debajo de las encías que es donde las bacterias se esconden.



Dientes más blancos una mejor salud bucal

Porqué? Sabías que algunos de los tratamientos de blanqueamiento dental pueden hacer más que solo blanquear tus dientes? El uso de ACP, como Philips Zoom, también puedes obtener una protección del esmalte y un mejor brillo dental.