

CUIDADO DENTAL PARA ADOLESCENTES

¡No olvide que los adolescentes también deben cuidar sus dientes!

A veces los adolescentes tienen demasiada prisa y se olvidan de cuidar sus dientes. Los adolescentes deben saber que son responsables de sus dientes y que deben:

- Cepillarse los dientes dos veces al día con crema dental con fluoruro.
- Usar diariamente el hilo dental para limpiar los espacios entre los dientes.
- Limitar los refrigerios y comer comidas sanas y equilibradas.
- Limitar los refrescos, incluidas las bebidas dietéticas.
- Elegir agua en lugar de bebidas azucaradas.
- Evitar fumar y vapear.
- Ir al dentista cada 6 meses.

A veces los adolescentes no quieren ir al dentista. Deben saber que hoy en día los tratamientos dentales son mucho más cómodos gracias a las nuevas técnicas. Deje que su hijo adolescente lleve a un amigo para que le dé ánimo. Pronto se dará cuenta de que el dentista quiere ayudarlo.

Use la herramienta Buscar un dentista en DentaQuest.com para buscar un proveedor cerca de usted o comuníquese con el Departamento de servicios para afiliados al 1-888-912-3456.



CardinalCare Smiles
Improving Dental Care in Virginia for Children and Adults

DentaQuest
a Sun Life company