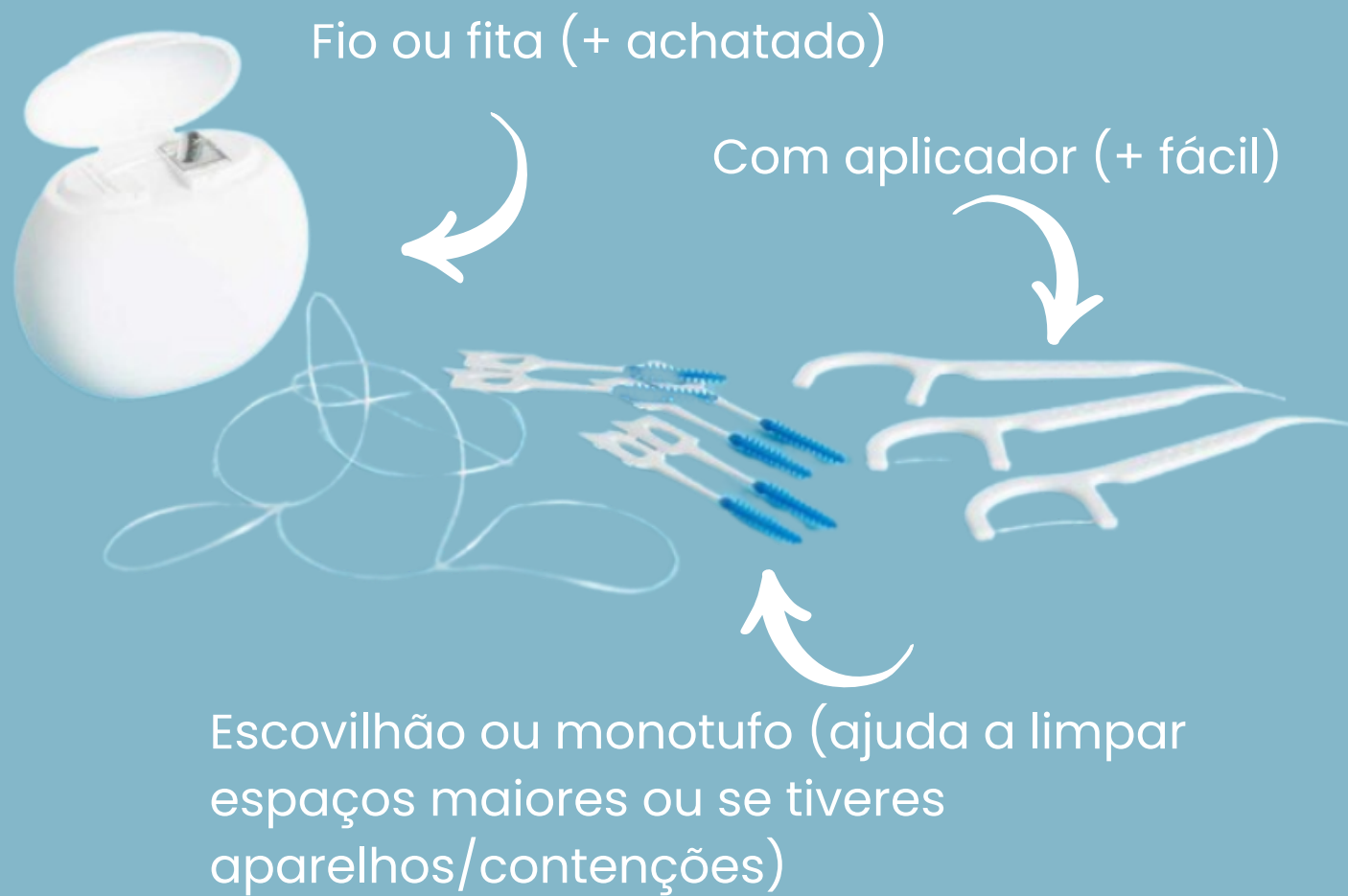


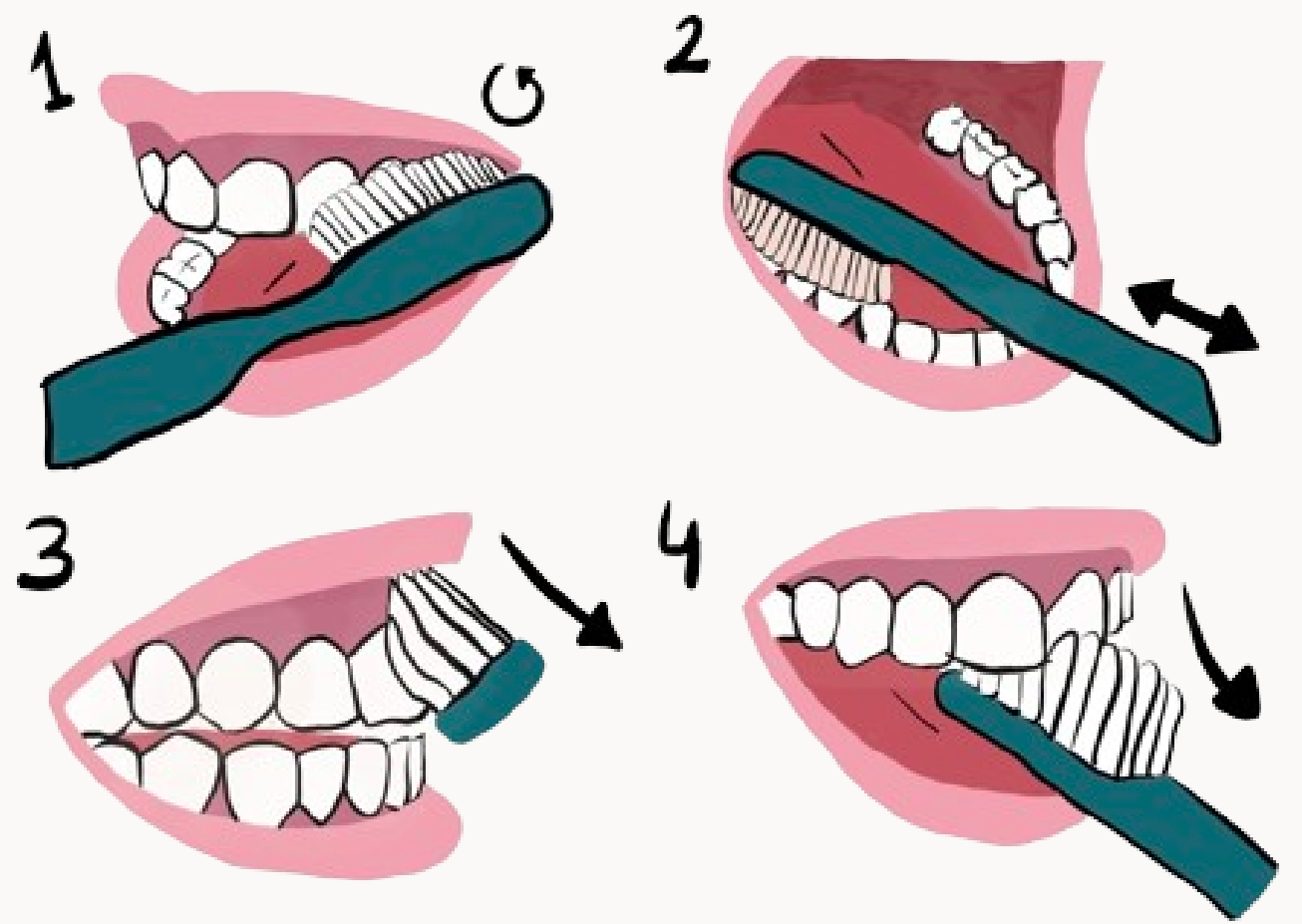
Sorriso saudável

DIA MUNDIAL DA SAÚDE ORAL

1 Higieniza os espaços interdentários



2 Escova os dentes



3 Higieniza a língua

Sabias que a língua acumula muitas bactérias?

Escovar/raspar a língua permite reduzir o seu número e a combater o mau hálito.



4 Elixir ?

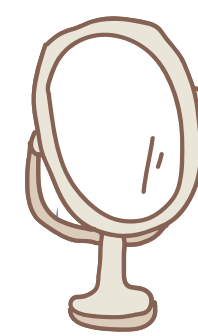
Usar se recomendado pelo médico dentista.



Bochechar não substitui a escovagem.

5 Verifica

Usa o espelho



Já foste ao médico dentista nos últimos tempos?

Marca consulta com o teu médico dentista, pois "mais vale prevenir, do que remediar".

Sabias que na FMDUP existem consultas direcionadas à comunidade?
consultas@fmd.up.pt



U. PORTO
FACULDADE DE
MEDICINA DENTÁRIA
UNIVERSIDADE DO PORTO

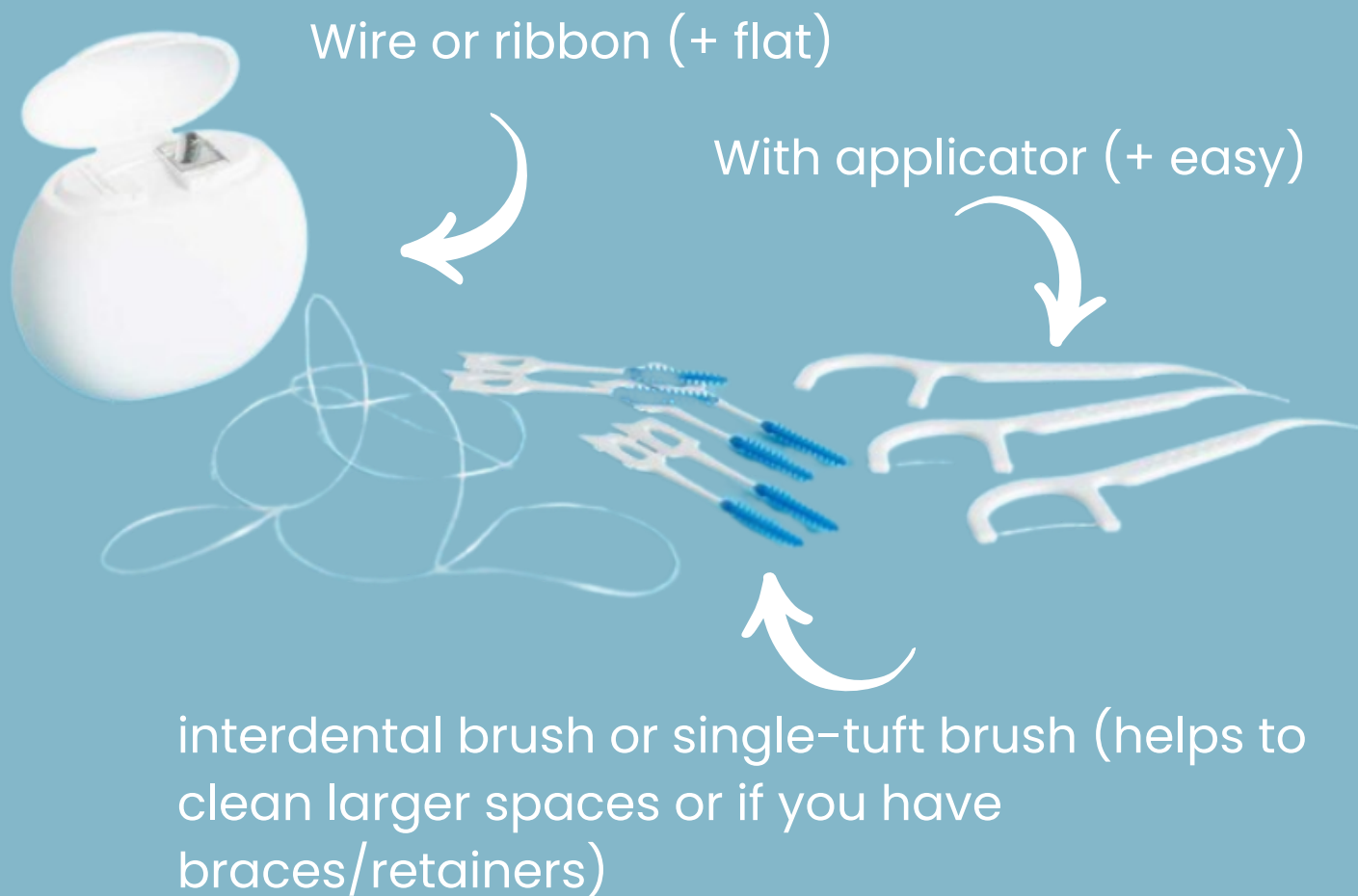


AE) FMDUP
Programa integrado de Promoção
de saúde e bem-estar da UP

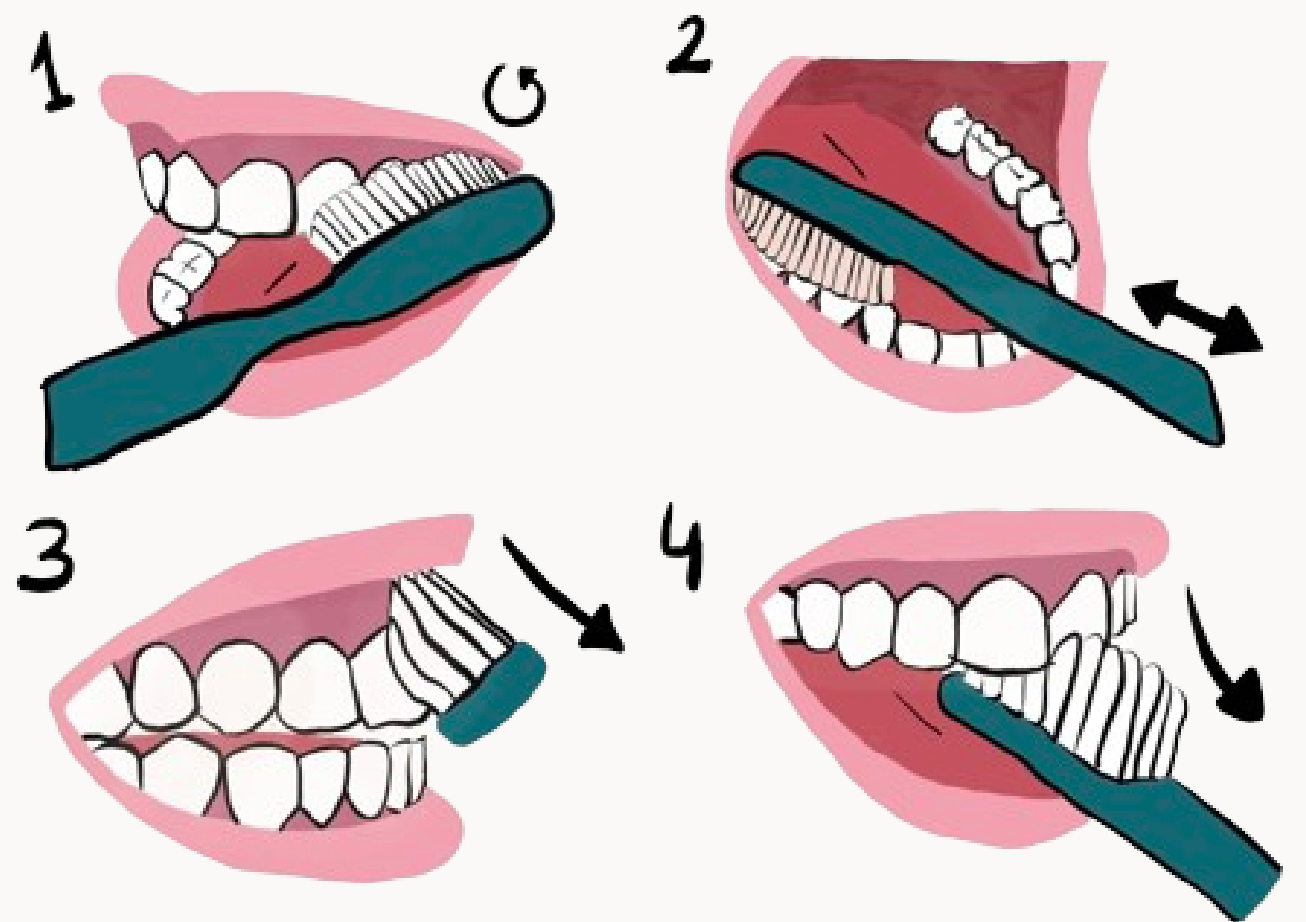
Healthy Smile

WORLD ORAL HEALTH DAY

1 Clean interdental spaces



2 Brush your teeth



3 Clean your tongue

Did you know that the tongue accumulates a lot of bacteria?

Brushing/scraping your tongue reduces their number and combats bad breath.



4 Mouthwash ?

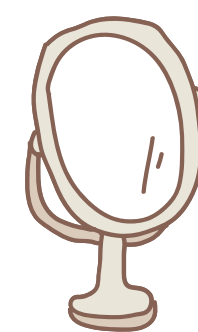
Use if recommended by your dentist.



Mouthwashing does not replace brushing.

5 Check

Use a mirror



Have you been to the dentist recently?

Make an appointment with your dentist.

Did you know that at FMDUP there are consultations?

consultas@fmd.up.pt



U. PORTO
FACULDADE DE
MEDICINA DENTÁRIA
UNIVERSIDADE DO PORTO

M AE) FMDUP
Programa integrado de Promoção
de saúde e bem-estar da UP