

“Los niños no pueden usar hilo dental”

MITO O REALIDAD:

- "Los niños no pueden usar hilo dental"

Se suele decir que...

Que los niños no deben usar el hilo dental.

Pero, ¿es esto cierto?



¡Esto no es cierto!

El hilo dental debería comenzar a usarse [entre los 2 y los 3 años](#) de edad (antes no sería necesario). Los niños suelen necesitar la ayuda de un adulto para usar el hilo dental hasta los 8 o 10 años de edad.

El hilo dental es importante para eliminar la placa de zonas donde [el cepillo de dientes](#) no puede llegar (sobre todo entre los dientes).

El hilo dental debería usarse una vez al día durante 2 o 3 minutos.

Si tienes dudas de cuándo o cómo introducir el hilo dental en la [higiene bucal diaria](#) de tu hijo, pregunta a tu dentista. Él/Ella te aconsejarán.

Fecha de publicación: 9-07-2022

Autor/es:

- [María Tríguez García](#). Pediatra. Centro de Salud “Eras del Bosque”. Palencia
- [Grupo de Educación para la Salud](#). AEPap.

