

Quanto tempo você leva para escovar?

Para escovar todas as superfícies dentárias, deve-se levar, no mínimo, quatro minutos. “O que acontece, normalmente, é que deixamos para escovar os dentes na última hora. Então nós queremos fazer sempre muito rápido”, explica José Inácio Toledo Júnior, diretor da Faculdade de Odontologia da PUC. Confira as dicas no vídeo.