

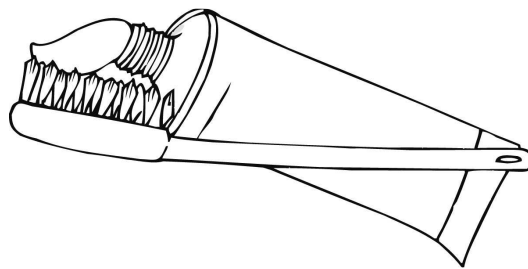
## CÓMO CEPILLARSE LOS DIENTES

¿Se vuelven nuestros dientes más y más blancos cuanto más tiempo y más fuerte los cepillamos?

Los investigadores británicos responden que no. De hecho, han probado muchas alternativas distintas y al final han descubierto la manera perfecta de cepillarse los dientes. Un cepillado de dos minutos, sin cepillar demasiado fuerte, proporciona el mejor resultado. Si uno cepilla fuerte, daña el esmalte de los dientes y las encías sin quitar los restos de comida o la placa dental.

Bente Hansen, experta en el cepillado de los dientes, señala que es una buena idea sujetar el cepillo de dientes como se sujeta un bolígrafo. “Comience por una esquina y continúe cepillándose a lo largo de toda la hilera”, dice. “¡Tampoco olvide la lengua! De hecho, ésta puede contener miles de bacterias que pueden causar mal aliento”.

*“Cómo cepillarse los dientes” es un artículo de una revista noruega.*



*Utiliza este artículo para responder a las siguientes preguntas.*

---

### Pregunta 1

109

¿De qué trata el artículo?

- A De la mejor manera de cepillarse los dientes.
- B Del mejor tipo de cepillo de dientes a utilizar.
- C De la importancia de una buena dentadura.
- D De la manera en que las distintas personas se cepillan los dientes.

---

**Pregunta 2**

109

¿Qué recomiendan los investigadores británicos?

- A Cepillarse los dientes tanto como sea posible.
- B No intentar cepillarse la lengua.
- C No cepillarse los dientes demasiado fuerte.
- D Cepillarse la lengua con más frecuencia que los dientes.

---

**Pregunta 3**

109

Según Bente Hansen, ¿por qué debes cepillarte la lengua?

---

---

---

---

**Pregunta 4**

109

¿Por qué se menciona un bolígrafo en el texto?

- A Para ayudarte a comprender cómo se sujeta un cepillo de dientes.
- B Porque comienzas por una esquina tanto con el bolígrafo como con el cepillo de dientes.
- C Para mostrarte que puedes cepillarte los dientes de muchas formas diferentes.
- D Porque debes tomarte el cepillo de dientes tan en serio como la escritura.