

# GUIA PRÁTICO ESCOVAÇÃO ENZO LUCAS

**Com flúor**

**Escolher escova de cerdas macias**

**Utilizar creme dental com flúor**

**Adicionar pouca pasta, do tamanho de um feijão**



**Realizar movimentos  
circulares na parte  
de fora**



**Movimento de vai e  
vem na parte que  
mastiga**



**Movimento de  
vassourinha de dentro  
para fora**



**Realizar a  
escovação da  
língua**



**Lembrar de passar o fio dental todos os dias**

