

**Mal aliento: 5 estrategias eficaces para combatirlo y conseguir una frescura duradera**

**Ciudad de México, 06 de febrero de 2025.-** El mal aliento es un desafío común que todos enfrentamos en algún momento, pero no tiene que ser algo con lo que vivamos. Desde las primeras horas de la mañana hasta después del almuerzo o incluso después de una taza de café, mantener un aliento fresco es más sencillo de lo que parece. Te compartimos 5 consejos para eliminar el mal aliento de forma eficaz, con la ayuda de productos que combinan la ciencia y la naturaleza.

1. **Higiene bucal completa, no solo es cepillar los dientes:** Durante nuestra rutina de cepillado dental, es fácil olvidarse de la lengua, pero en ella se pueden acumular la mayoría de bacterias que causan mal aliento. La clave está en cepillar bien los dientes y la lengua. Utilizar un cepillo de lengua y no solo el cepillo de dientes ayudará a reducir el mal aliento de forma considerable.
2. **Hidratarse, el secreto para una boca fresca:** Mantener la boca hidratada es esencial para la producción de saliva, la cual es nuestra defensa natural contra las bacterias. Beber agua constantemente no solo mejora tu salud general, sino que también contribuye a mantener un buen aliento.



1. **Evita los alimentos que contribuyen al mal aliento**: Todos conocemos los efectos del ajo, la cebolla y ciertos alimentos especiados, que dejan un fuerte rastro en nuestro aliento. Limitar estos alimentos en reuniones importantes es un paso inteligente. Sin embargo, si has tenido una comida con estos ingredientes, una buena rutina de higiene dental al concluir puede marcar la diferencia.
2. **Usar un enjuague bucal eficaz:** La diferencia entre un buen enjuague y uno excelente radica en su capacidad para eliminar las bacterias que causan el mal aliento. Therabreath, marca reconocida globalmente por su efectividad en el combate del mal aliento, se distingue por su fórmula natural y eficaz, eliminando el mal aliento de raíz y garantizando frescura durante horas. Su efecto prolongado desarrollado por el bacteriólogo Kratz lo convierte en la opción ideal. ¡Dale la oportunidad y notarás la diferencia!



1. **Incorpora ingredientes naturales a tu rutina:** La naturaleza tiene mucho que ofrecer en términos de frescura. Ingredientes como el té verde y el clavo de olor son conocidos por sus propiedades antimicrobianas que combaten el mal aliento sin causar los efectos agresivos que otros productos pueden generar.

Mantener un aliento fresco no tiene por qué ser complicado. Con los productos adecuados y algunos cambios simples en tu rutina, puedes decirle adiós al mal aliento y disfrutar de una confianza renovada, lista para enfrentar cualquier situación. Therabreath se convierte en tu aliado perfecto para mantener la frescura durante todo el día, sin complicaciones.

*\_\_*

Contactos de Prensa

Sharon Cano

[scano@bandofinsiders.com](mailto:scano@bandofinsiders.com)

55 1812 1582

Regina Páez

[rpaez@bandofinsiders.com](mailto:rpaez@bandofinsiders.com)

55 2323 8283