



DENTALGARRIDO

implantología, estética y ortodoncia

- Evita comer alimentos pegajosos como chicles, caramelos, dulces, etc. Éstos dañan los dientes.
- Evita comer alimentos duros como hielo, confites, etc. Ya que pueden fracturar o despegar los *brackets*, alambres y aparatos.
- Debes tener una excelente higiene oral, cepillando los dientes tres veces al día después del desayuno, almuerzo y cena. Además, cada vez que ingieras alimentos usa siempre el hilo dental o cepillo interproximal, y realiza el cepillado como se te ha enseñado en clínica. Recuerda, es más importante el tiempo que estés cepillando cada diente que la fuerza.
- Durante los primeros días puedes tener alguna sensación de molestia o presión. En este caso pregunta a la doctora cuál analgésico es el indicado. No te automediques. Normalmente no se recomienda el uso de antiinflamatorios, como el ibuprofeno, durante el tratamiento de ortodoncia.
- Cuando un *bracket* o alambre está molestando en los labios o tejidos blandos, debes colocarte cera que normalmente te entregamos el día de la colocación de los *brackets*. También puedes llamar y pedir una cita de “urgencia” en nuestra clínica para solucionar la molestia.
- Para los pacientes con *brackets*, hay cepillos especiales que les facilitan la higiene oral ya que su diseño ayuda a obtener una mejor limpieza. El cepillo eléctrico es una buena opción ya que facilita la limpieza y por el tamaño del cabezal es más fácil llegar a todos los dientes, además que nos cuenta el tiempo que es crucial en el cepillado.
- Si algún aditamento se cae o se despegas debes llamar a pedir cita para su reparación, NO LO TIRES, desinfectalo con alcohol y guárdalo en una bolsita de plástico que sea fácil de detectar para no cometer el error de tirarlo a la basura y llévalo a la consulta cuando tengas tu cita.
- Asiste periódicamente a tus citas programadas; tu tratamiento depende en un alto porcentaje de tu colaboración y de que sigas estas recomendaciones.