

## INSTRUCCIONES PARA EL PACIENTE ORTODONCICO

Puesto que los dientes y maxilares de cada uno son únicos. Su plan de tratamiento y los aparatos que llevará serán únicamente para usted. Algunas aparatologías son fijas y permanecen durante todo el tratamiento, otras son removibles y usted debe llevarlas tal y como se le indica. La duración del tratamiento depende de su problema ortodóncico, de su cooperación en llevar la aparatología y de si usted necesita algún otro tipo de tratamiento.

Después de colocar los brackets, hay una incomodidad derivada de:

**A. Los dientes.** Es frecuente notar sensibilidad a la presión después de la colocación inicial de los brackets y después de cada ajuste ortodóncico. Durante este periodo inicial de ajuste se recomienda comer alimentos blandos y tomar aspirina o ibuprofeno si fuera necesario para aliviar el problema.

**B. Los labios y sus mucosas** están acostumbrados al contacto de unos dientes muy pulidos. Con la colocación de los brackets ortodóncicos estas áreas pueden irritarse. Si la incomodidad es muy grande coloque un fragmento de cera ortodóncica en el bracket que resulta irritante. Se recomienda usar cera ortodóncica solamente cuando fuera necesario. Esto hará que sus labios poco a poco se vayan adaptando al contacto con los brackets.

Los brackets crean lugares de retención de alimentos lo que puede llevar a caries y problemas en sus encías. Esto hace que el cepillado y el uso de la seda sea todavía más importante cuando está llevando los brackets. Cuando se cepille y use la seda tenga cuidado con su aparatología para no romperla o soltarla.

**Cepillado:** Asegúrese de cepillarse los dientes después de cada comida y antes de irse a la cama. Es conveniente el uso de pastas fluoradas para evitar la caries. Su dentista puede haberle mandado también algún colutorio de flúor para ayudar en la prevención de caries.

**Seda dental:** Debido a que el cepillo de dientes no va a llegar a todos los lugares, solamente el cepillado no será suficiente para mantener sus dientes limpios y sanos. El uso de la seda puede ayudar. El enhebrador de seda le ayuda a pasar la seda dental mientras tiene sus brackets colocados, lo puede comprar en su farmacia.

**Alimentación:** Mientras lleva sus brackets puede comer casi todos sus alimentos favoritos. Solamente tenga cuidado con estos que pueden darnos problemas: los alimentos pegajosos, los alimentos duros, los dulces y los crujientes.

- **Evite alimentos pegajosos** como tofes, caramelos, chicles. Estos pueden doblar o romper sus arcos.
- **Corte las comidas duras** como manzanas o zanahorias crudas en pequeños fragmentos para evitar la rotura de su aparatología.
- **Evite los alimentos crujientes** como el maíz, palomitas y nueces, pueden hacer saltar los arcos.
- **Si come dulces** asegúrese de cepillarse inmediatamente. Si come pocos dulces ayuda a evitar la caries.

Al ofrecerle años de preparación, experiencia y la última tecnología disponible, su dentista y los miembros de la consulta pueden ayudarle a tener una bonita sonrisa. Usted es ahora también parte del equipo. Puede ayudar a asegurarse un éxito a largo plazo de su tratamiento cuidando su aparatología y siguiendo las instrucciones de su dentista de manera cuidadosa.

### ALGUNOS CONSEJOS:

- 1) Asegúrese de no faltar a sus citas para no prolongar su tratamiento.
- 2) Asegúrese de llevar su aparatología removible y los elásticos las horas que se le han indicado.
- 3) Si se rompiese una aparatología llame a la consulta inmediatamente y traiga los fragmentos en esa próxima visita.

De nuevo, si tiene alguna pregunta, por favor llámenos a la consulta.