

INDICACIONES POST INSTALACIÓN DE ORTODONCIA

En **Dentistas por Chile**, estamos comprometidos en que tengas una experiencia agradable, por eso te recomendamos que después de la instalación de *bracket*, sigas estas indicaciones para maximizar los beneficios del tratamiento y proteger tus dientes:

- Es posible que sientas algún grado de malestar o dolor, en este caso se te recetará analgésicos los que debes seguir como te indique tu tratante.
- En cuanto a la alimentación, se recomienda alimentación blanda los primeros 3 días, con el fin de cuidar sus frenillos mientras dure su tratamiento, entre los alimentos que debe evitar están: Alimentos duros (dulces, turrón, papas fritas, nachos, cabritas, tostadas, nueces, almendras y hielo) y alimentos pegajosos (chicles, calugas y masticables). La carne debe comerse picada, al igual que las frutas. Se puede comer frutas y verduras, siempre y cuando estén trozadas o cocidas. Igualmente debes tener cuidado con los cuescos de cerezas, aceitunas, duraznos, etc.
- Es posibles que aparezcan ciertas lesiones o aftas, es normal experimentar al principio ciertas incomodidades en tu boca. Después de aproximadamente un mes, tu boca debería adaptarse y la incidencia de lesiones debería disminuir. En caso de molestias, siga las indicaciones de tu médico tratante y utiliza la cera recomendada para aliviar el malestar.
- Evite los malos hábitos como morder uñas, tampoco debes mascar lápices, mondadientes, huesos de pollo, tabaco, etc.
- Para que un diente se desplace a la posición correcta necesita moverse de su posición inicial incorrecta. Es decir, a partir del primer control es normal que los dientes se sientan sueltos. Su ortodoncista tratante irá controlando la movilidad y desplazamiento dentario mes a mes, por lo tanto, está absolutamente contraindicado saltarse uno o más controles.
- Cuando un Bracket, banda o arco se deforman o sueltan, generalmente se debe a un mal cuidado por parte del paciente, ya sea un inadecuado cepillado, comer alimentos duros, golpes, etc. Cada vez que se deforma o suelta parte de los aparatos, el tratamiento se atrasa, por tanto debes traerlo a la clínica en un envase protegido para su re-instalación, si ello es posible.

- Tus dientes y frenillos deben estar impecables. Para eso debe dedicarle tiempo al *cepillado* (mínimo 5 minutos) y utilizar los cepillos adecuados (especial para ortodoncia y unipenacho). Cepillar cada vez que comas, sobretodo en la noche y antes de tu control dental. Recuerda traer tus cepillos a cada control de ortodoncia.
- Si los dientes no son bien cepillados el tratamiento se atrasa porque se inflaman las encías, se producen caries, aparecen manchas cafés y el mal aliento.
- Si llegas con los dientes con poca higiene, no podremos atenderte, pues la atención se dificulta, así como también la visibilidad.
- Debes ser constante en tus controles, ya que de lo contrario atrasarás el tratamiento, en cada control los profesionales activan sus aparatos de ortodoncia y supervisan que no hayan efectos indeseados.
- Es conveniente que uses protección a la hora de hacer deporte, es tu responsabilidad solicitar y utilizar protector bucal en deportes de impacto, para evitar cualquier traumatismo ocasionado por los aparatos de ortodoncia en caso de golpe.
- En caso de estar con herpes (también llamados fuegos labiales) debes cambiar la hora.
- En caso de emergencia como caída de *brackets* o bandas llamar para una hora de urgencia. No trate de arreglárselo solo(a).

* Ante cualquier duda, recuerda que puedes contactar a tu profesional tratante directamente o también nos puedes llamar o escribir al F: 223 411 881 o en nuestro Whatsapp: +56 940 538 364.