



Associated
Orthodontists

EST. 1969

GreatBraces.com



Conociendo sus aparatos de ortodoncia

¡Felicidades por el nacimiento de su nueva sonrisa! Es extremadamente importante que preste especial atención a sus dientes durante el tratamiento, siguiendo las importantes pautas que se indican a continuación:

- Visite a su dentista para las limpiezas periódicas; se recomienda hacerlo cada 4 a 6 meses.
- Cepíllese los dientes 4 VECES AL DÍA.
- Use la seda dental con frecuencia.
- Elija alimentos aptos para el uso con aparatos de ortodoncia: nada duro, pegajoso, chicloso o crujiente.
- Evite las bebidas gaseosas: elija agua o leche.

SENSIBILIDAD: Unas horas después de la colocación de los aparatos de ortodoncia o de un ajuste, es posible que experimente algo de dolor. El dolor debería desaparecer en 2 a 3 días. Es mejor comer alimentos más suaves que requieren poco esfuerzo para masticar.

CEPILLADO:

1. 4 VECES AL DÍA; después de cada comida y antes de dormir. Esto ayuda a erradicar las partículas de comida que se alojan en los brackets y elimina las bacterias y la placa que pueden causar caries, enfermedades de las encías y descalcificación (decoloración permanente en la superficie del diente alrededor de los brackets).
2. Use movimientos pequeños y circulares. ¡CEPÍLLESE LENTAMENTE Y TÓMESE SU TIEMPO! Usa una pequeña cantidad de pasta dentífrica por la mañana para refrescarse. Durante el día, cepíllese primero con agua y luego con pasta dentífrica cuando pueda. La pasta dentífrica recetada (Prevident) debe usarse una vez al día a la hora de acostarse.
3. Inclíne el cepillo de dientes bajo el alambre, cepillando todos los lados de cada diente y del aparato.
4. Mire en el espejo para asegurarse de que toda la comida haya sido retirada de los brackets.
5. Recomendamos usar un cepillo de dientes eléctrico y un Waterpick®.

PASTA DENTÍFRICA PREVIDENT:

1. Usar una vez al día.
2. Usar antes de la hora de acostarse.
3. Los pacientes menores de 16 años, deben enjuagarse una vez. Los pacientes de 17 años o más no deben enjuagarse.

CEPILLO PROXY (CEPILLO TIPO ÁRBOL DE NAVIDAD):

1. Se usa para sacar comida de entre los brackets. No sustituya la seda dental por el cepillo proxy.
2. Use solamente agua.

SEDA DENTAL: Use la seda dental todas las noches antes de dormir o use la seda dental en los dientes superiores un día y en los inferiores al día siguiente. El uso de la seda dental ayuda a eliminar las partículas de comida de entre los dientes y los lugares a los que el cepillo de dientes no puede acceder.

CERA: Se utiliza en casos en los que el alambre o el bracket irritan el interior de los labios o las mejillas.

ALIMENTOS A EVITAR:

Sus aparatos y alambres son de metal, pero al mismo tiempo son muy frágiles y suelen dañarse al comer los alimentos equivocados. Esto puede hacer que el tratamiento se prolongue. Evite los siguientes alimentos durante el tratamiento:

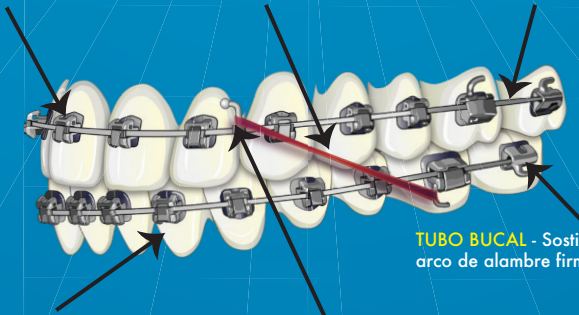
- Caramelos
- Goma de mascar
- Palomitas de maíz
- Hielo
- Dulces
- Papas fritas duras
- Pretzels
- Cualquier cosa pegajosa, chiclosa, crujiente o dura

UN VISTAZO A LA ORTODONCIA

BRACKET - Un aparato que se pega directamente a la superficie del diente y mantiene el arco de alambre en su lugar.

ELÁSTICOS - Gomas elásticas que se enganchan entre los brackets creando presión para corregir la posición de los dientes o las mandíbulas.

ARCO DE ALAMBRE - El arco de alambre es un alambre de metal que se fija a los brackets para desplazar los dientes.



FIJACIÓN DIRECTA - El bracket se cementa directamente a la superficie del diente.

GANCHOS ELÁSTICOS - Accesorios que ofrecen un anclaje para los elásticos.