

- No se deben ingerir bebidas oscuras (coca cola, vino tinto, te).
- No consumir beta carotenos (Zanahoria, Auyama, Papaya).
- Limitar el uso de: cigarrillo, tabaco, o pipa (recuerde que estos no solo manchan los dientes...)
- No utilizar en el embarazo.
- Es normal sentir un poco de sensibilidad en los dientes con el frío o con las bebidas frías, inmediatamente después del blanqueamiento. es recomendable usar cremas dentales no abrasivas (las que se usan para control calculo) y usar cremas para dientes sensibles (Sensodyne, oral b).
- Realizar la higiene de manera normal y recordar el uso de la seda dental diariamente.
- Comunicarse inmediatamente con el odontólogo si se presenta una molestia excesiva.

*Gracias por seguir cuidadosamente estas recomendaciones que son muy importantes para el éxito del tratamiento.*