

Elementos de Higiene para Ortodoncia

- Cepillo dental orthodontic.
- Cepillo interproximal / cepillo unipenacho.
- Seda dental o cinta dental con cera.
- Paquete de enhebradores para seda dental (opcional seda dental superfloss).
- Pastillas reveladoras para placa bacteriana.
- Cera para ortodoncia.

TRAER ESTOS IMPLEMENTOS PARA LA PRÓXIMA CITA, YA QUE SE INDICARA LA FORMA Y FRECUENCIA DE USO

RECOMENDACIONES:

Primer día:

- No comer nada la primera hora después de la cementación de los BRACKETS. Seguir una dieta blanda que está conformada por líquidos, compotas, cremas, gelatinas, etc. Alimentos bien triturados y suaves para masticar.

Segundo día en adelante:

- Evitar Alimentos pegajosos (turrone, chicles, mentas, bocadillos, melcochas, etc.)
- Evitar Alimentos duros (manzanas, zanahorias, apio, peras, durazno, hielo, huesos, mazorca, etc.)
- Evitar Dulces (caramelos, chocolates) y si estos son consumidos, se debe de realizar una higiene oral adecuada para evitar la formación de caries.

Cepillado y uso de seda dental:

- Este aparato que hay en tu boca hace más difícil realizar una buena higiene oral por lo que es importante seguir las siguientes normas:
- Usar cepillo de cerdas suaves.
- Cepillar cuidadosamente y detenidamente con movimientos circulares y de barrido.
- Usar seda dental con enhebradores para facilitar la higiene en las zonas interproximales, esto debe ser usado por lo menos una vez al día, posteriormente emplear los cepillos interproximales para reforzar la limpieza de la zona. Se recomienda usar WATERPIK para realizar una higiene oral más profunda y más eficiente.
- En caso de irritación en la parte interna de las mejillas o de los labios coloque cera sobre el sitio que este causando molestia.

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