

Clínica Dental Reina Victoria

Avenida Reina Victoria, 70 – 28003 MADRID

Teléfono 91 553 72 22

HÁBITOS MALOS QUE PUEDEN CAUSAR PROBLEMAS EN TUS DIENTES

Malos hábitos tales como succión del pulgar, interposición lingual, respiración bucal... etc. pueden ser un grave obstáculo para una buena evolución del tratamiento de ortodoncia

Los malos hábitos deben de ser corregidos para asegurar el éxito del tratamiento.

Para que el tratamiento tenga éxito, estos hábitos deben de ser corregidos, y deben de seguir corregidos después del tratamiento o la corrección no será permanente.

En tu primera cita, estos hábitos son observados y te los hacemos notar.

Algunas veces un hábito anormal no puede ser detectado antes de que empiece el tratamiento. En estos casos empezamos a corregirlo en cuanto el hábito se descubre,

Los dientes pueden ser movidos con fuerzas menores presionando en la dirección adecuada. (Esta es la manera que el tratamiento ortodóntico funciona). Pero este proceso puede volver atrás si existe un hábito anormal. Podríamos decir que el hábito puede actuar como una contra-ortodoncia disminuyendo o incluso inhibiendo a esta.

Por todo lo anteriormente dicho si no corregimos el mal hábito, podemos encontrarnos con la imposibilidad por parte del ortodoncista de poder asegurar la corrección del problema ortodóncico.

OBSERVACIONES E INSTRUCCIONES PARA EL CUIDADO DE LOS APARATOS FIJOS

- 1.- Las bandas y brackets metálicas que hemos pegado en tus dientes, sirven para sujetarlos a un alambre elástico, que es el que los moverá hacia una posición más correcta.
- 2.- Procura durante las primeras 24 horas, tomar alimentos blandos.
- 3.- Debes cuidar que esas bandas y brackets no se despeguen de los dientes. No te los toques innecesariamente con los dedos, así como no debes forzarlos con lápices, bolígrafos, palitos, uñas u otros objetos.
- 4.- A partir de ahora, los bocadillos deberán ser de pan de molde; en el caso que sean de pan normal, deberás trocearlo antes de introducirlo en la boca, y lo mismo harás con la fruta.
- 5.- Como ya te dijimos al comienzo del tratamiento, no debes introducir cosas duras o adhesivas en la boca, para evitar el romper o despegar los aparatos, ya que si esto ocurre, deberemos pegarlos de nuevo, lo cual retrasará la evolución del tratamiento.
- 6.- Es posible, que el 1º o 2º día después de haberlos pegado, se despegue algún bracket; a veces, el pegamento, no logra adherir bien las placas a la superficie del diente. Si te sucede esto, díselo a tus padres para que avisen a la clínica, y les diremos las instrucciones a seguir.
- 7.- Durante los 2 ó 3 primeros días, después de haber pegado los aparatos, es normal que se



ORTODONCIA

EXCLUSIVA

Avda. Real, 38, 1º B — 28230 LAS ROZAS

Teléfono 91 553 72 22

Clínica Dental Reina Victoria

Avenida Reina Victoria, 70 – 28003 MADRID – Teléfono 91 553 72 22

produzcan pequeñas molestias al masticar, ya que van a empezar a producirse pequeños movimientos dentales, así como también pueden producirse rozaduras o llagas en la encía; ya sabes que debes cubrir con cera de ortodoncia los extremos que te puedan rozar, así como harás enjuagues con agua y sal durante 2 ó 3 días, hasta que cedan las molestias.

INSTRUCCIONES PARA LA HIGIENE Y EL CUIDADO DE LOS APARATOS ORTODÓNCICOS

A partir de ahora, deberás prestar mucha atención a las instrucciones que te daremos. Cuidarás meticulosamente la higiene de la boca y de los aparatos, para no complicar el tratamiento innecesariamente, piensa que en muchos casos, será tú única responsabilidad.

Piensa que para nosotros es muy importante aparte de conseguir todos los objetivos ortodóncicos, el conseguir que acabes el tratamiento con una boca sana y sin problemas de caries.

Durante el período que lleves aparatos, nunca debes olvidar que:

- Debes cepillarte los dientes 3 veces al día:** después del desayuno, comida y cena. Procura no comer entre comidas, y si lo haces, cepíllate enseguida. Es importante que así lo hagas, para evitar que los dientes se manchen y estropeen para siempre.
- Procura cepillarte la parte más próxima a la encía,** tal como te hemos enseñado. No te asusten si las encías te sangran, esto es por

estar inflamadas, tú sigue cepillándote igual, como si nada ocurriera, ya verás como acaba desapareciendo el sangrado según la encía se vaya fortaleciendo.

- Debes estar cepillándote, por lo menos durante 3 minutos.** Usa el cepillo seco, pon medio centímetro de pasta dentífrica con flúor (no coloques mucha, pues harás mucha espuma y no podrás ver por donde pasa el cepillo), y pasa el cepillo ordenadamente por todas las caras de los dientes, como te hemos enseñado en la clínica, sin olvidarte de ninguna zona. A continuación, enjuágate, limpia bien el cepillo, y ponlo a escurrir, nunca lo debes de dejar tapado.
- Antes de acostarte, y después del cepillado, debes realizar un enjuague con una solución de flúor pura,** sin mezclar con agua, y manténlo en la boca 5 minutos, moviéndolo de un lado a otro, procurando que llegue a todos los dientes, y sin tragarlo. A continuación, no tomes ningún alimento sólido o líquido, si tienes tiempo por la mañana, también debes hacer el enjuague.
- El cepillo debes cambiarlo cuando veas que las cerdas se doblan,** pues es entonces cuando no podrán entrar por los espacios interdentes.
- Una vez a la semana, harás un control de placa bacteriana con pastillas reveladoras de placa.

En caso de no seguir estas normas, podrán aparecer manchas blancas en los dientes (descalcificaciones), caries y gingivitis. Si empezasen a surgir este tipo de problemas, se valorará la posible suspensión del tratamiento.

CUÁNDO Y CÓMO TE CEPILLARÁS LOS DIENTES MIENTRAS LLEVES



ORTODONCIA

EXCLUSIVA

Avda. Real, 38, 1º B — 28230 LAS ROZAS
Teléfono 91 553 72 22

Clínica Dental Reina Victoria

Avenida Reina Victoria, 70 — 28003 MADRID — Teléfono 91 553 72 22

LOS APARATOS DE ORTODONCIA.

CUÁNDO: A los cinco minutos de haber terminado de comer. ¿Es muy fácil decirlo pero difícil cumplirlo?. Cuando no estés en casa lleva siempre contigo un cepillo de dientes.

CÓMO:

- 1.- Primero, cepilla hacia delante y hacia atrás entre los arcos y encías arriba y abajo para aflojar la comida.
- 2.- Luego cepíllate correctamente como si no tuvieras bandas.
 - A. Comienza por fuera de los dientes de arriba con las cerdas del cepillo en un ángulo de 45° hacia la encía. Cepilla con movimiento circular, dos o tres dientes al mismo tiempo usando 10 cepilladas y luego moviéndote hacia otros dientes.
 - B. Lo mismo para la parte de adentro de los de arriba.
 - C. Cepilla las superficies de masticar al final.
 - D. Empieza por afuera con los dientes de abajo y repite el mismo proceso. Recuerda siempre poner el cepillo en un ángulo hacia la encía.
- 3.- Enjuaga tu boca y el cepillo. Mírate en el espejo a ver si no te falta algún diente por cepillarte. Comprueba los espacios entre la banda y la encía y entre los tubos de los molares y las encías.
- 4.- Cuando hayas acabados tus bandas y tus alambres no tendrán ya la película pegajosa de la placa.

El aparato de agua a presión puede ayudar

mucho pero este se usa después del cepillado para remover las partículas que el cepillo no pudo.

Igualmente el cepillo eléctrico puede ayudarnos en nuestras deficiencias de habilidad.

NORMAS DE ESTA CONSULTA

Los pacientes deberán venir a la consulta, el día y la hora indicado en la tarjeta, la cual tendrán que traer el día de su visita.

Pudiendo coincidir las horas de consulta con las de clase, debemos pensar, que en determinadas ocasiones será necesario que su hijo pueda faltar a alguna clase. Procuraremos que sean las menos posibles, y si lo creyeran conveniente, se les dará un justificante para que presenten en el colegio.

Les rogamos que respeten las horas en que se les cita, por el trastorno que supone para el funcionamiento de la clínica los cambios de citas. Si de todos modos, algún día necesitasen cambiarla, háganoslo saber con la suficiente antelación.

El orden de llamada a los pacientes, no necesariamente tiene que ser el de llegada, depende del tipo de trabajo que se va a realizar. Si algún día tienen especialmente prisa, por favor agaselo saber a la recepcionista.

A veces acuden pacientes con pérdida, rotura, o desajuste de sus aparatos, lo que obliga a dedicarles más tiempo del previsto. Esto, junto con las urgencias que debemos atender sin cita previa, pueden provocar retrasos en el horario fijado. Por lo tanto, rogamos sepan comprender y aceptar estas posibles demoras, que al fin y al cabo, son en beneficio de los propios pacientes.

Muy agradecidos por tu comprensión



ORTODONCIA

EXCLUSIVA

Avda. Real, 38, 1º B — 28230 LAS ROZAS
Teléfono 91 553 72 22