



Después de obtener empastes dentales, debes tomar algunas precauciones para ayudar a que tus dientes sanen y prevenir las caries:

Evita comer No comas durante al menos dos horas, o hasta que se te pase la anestesia.

También puedes evitar alimentos duros y pegajosos, como nueces, hielo y caramelos, que podrían ejercer presión sobre tus dientes.

Sé delicado No uses tus dientes como herramientas, como abrir bolsas o tirar de hilos. Si estás supervisando a niños que han tenido empastes, asegúrate de que no se muerdan los labios o la lengua.

Enjuaga Enjuaga tu boca con agua salada tibia (½ cucharadita de sal en 8 oz. de agua) varias veces al día para reducir el dolor e hinchazón.

Toma medicación Puedes tomar un analgésico suave como Tylenol o Advil, o un medicamento antiinflamatorio.

Cepilla y usa hilo dental Reanuda tu rutina regular de cepillado y uso de hilo dental para mantener tus dientes sanos y prevenir las caries.

Limita ciertos alimentos y bebidas Evita el café, el vino tinto, el té, las bayas y los alimentos azucarados, que pueden manchar tus dientes o contribuir a la caries. En su lugar, bebe agua y mastica chicle sin azúcar.

Ten paciencia Es normal experimentar cierta sensibilidad al calor, al frío y a la presión durante unos días o semanas. Tus encías también pueden estar doloridas, pero esto debería disminuir en unos días. Si sientes dolor después de más de una semana, por favor llama a nuestra oficina. Si sientes que el lado de tu boca donde se realizó el empaste está tocando antes que el otro lado, probablemente necesites un ajuste. Por favor, avisa a nuestro personal de oficina, ya que esto podría causarte molestias en el futuro.