



INSTRUCCIONES POST OPERATORIAS PARA DENTADURAS

¡Felicidades por tus nuevas dentaduras! Esta hoja de información te ayudará con tu adaptación a las nuevas dentaduras. El período de adaptación puede durar desde unas pocas semanas hasta unos meses, dependiendo del tipo de dentadura que recibas, tu historial dental y otros factores. Incluso los usuarios de dentaduras a largo plazo pasarán por períodos de adaptación con un nuevo juego de dentaduras. Recuerda que las dentaduras no son permanentes, ya que los cambios continúan ocurriendo en el hueso y los tejidos blandos de tu boca. Periódicamente, tus dentaduras requerirán ajustes y rellenos para garantizar una larga vida útil y comodidad. Si tienes alguna pregunta sobre tus nuevas dentaduras, por favor llama a nuestra oficina.

PERÍODO DE ADAPTACIÓN: La mayoría de las dentaduras nuevas requieren un período de adaptación antes de que se vuelvan cómodas. Esta duración varía con cada paciente individual dependiendo de su capacidad, determinación y perseverancia para aprender a usarlas. Primero, debes aprender a mantenerlas en su lugar, y luego comenzar a usarlas gradualmente.

QUÉ ESPERAR: Al principio, es normal sentirte incómodo con tus nuevas dentaduras. Es probable que tu apariencia sufra un ligero cambio, tu habla puede parecer alterada y algunas áreas de tu boca pueden sentirse demasiado llenas. También es posible que experimentes exceso de saliva inicialmente hasta que tu boca se acostumbre a usar dentaduras. El tiempo, la paciencia y algo de entrenamiento pronto aliviarán algunos de los problemas aparentes.

PUNTOS DOLOROSOS: La molestia debido a la presión desigual en las encías puede desarrollarse en cualquier momento. Esto no es inusual y debe esperarse, especialmente si nunca has usado una dentadura antes. Los puntos dolorosos se corrigen mejor si las dentaduras se usan durante al menos 3-6 horas antes de regresar a la oficina para una cita de ajuste. Esto permitirá una detección más precisa de las áreas problemáticas dentro de la dentadura, que se corrigen mediante recorte.

HABLAR: Aprender a hablar con tus nuevas dentaduras requiere algo de paciencia y perseverancia. Leer en voz alta es una muy buena manera de aprender a enunciar claramente, especialmente esos sonidos o palabras que no son claros. Trata de evitar cualquier movimiento de los labios y la lengua que tienda a desplazar las dentaduras o hacer que chasqueen. La práctica cuidadosa y la repetición pueden ayudar a acelerar el proceso y producir un retorno a tu habla normal y confiada.

COMER: Comienza con alimentos blandos. Toma bocados pequeños, mastica lentamente e intenta superar las dificultades a medida que surjan. Mantén los alimentos distribuidos de manera uniforme en ambos lados y mastica con los dientes posteriores. Para morder alimentos que normalmente requieren los dientes frontales, como manzanas o elote, aplica presión hacia atrás contra la parte frontal al cerrar. Si la dentadura comienza a desprenderse, morder con los dientes laterales puede ser una alternativa más fácil. Algunos alimentos más difíciles como el bistec y las zanahorias requerirán una curva de aprendizaje gradual. Inicialmente, se recomienda evitar comer alimentos pegajosos, duros o difíciles de masticar.

DESVANECIMIENTO: Si te han extraído los dientes justo antes de colocar la dentadura, pronto sentirás que está suelta, principalmente debido a la contracción de las encías que ocurre a medida que sanan. La curación completa de las encías y el hueso subyacente lleva muchos meses. Durante este período, se puede colocar un revestimiento temporal dentro de la dentadura para mantenerla relativamente ajustada. Además, los adhesivos para dentaduras ayudarán a retener una dentadura suelta, una vez que la curación esté completa, será

necesario un relleno permanente. En algunos casos, puede ser necesario hacer una nueva dentadura para obtener el mejor ajuste y función. Habrá un cargo adicional por cualquier relleno o reemplazo necesario de la dentadura en el futuro.

HIGIENE BUCAL Y DE LAS DENTADURAS: Es extremadamente importante limpiar tus dentaduras con un cepillo suave, una pasta limpiadora o agua jabonosa después de cada comida. Evita usar limpiadores abrasivos o lejía. Las partículas de alimentos atrapadas bajo la dentadura pueden causar inflamación de las encías y puntos dolorosos. Retira tus dentaduras y enjuaga tu boca con agua o enjuague bucal después de cada comida, si es posible. Si te extrajeron los dientes justo antes de colocar tu nueva dentadura, úsala día y noche durante

las primeras 48 horas, retirándola solo para limpiarla. Tu dentadura actuará como un vendaje y promoverá la curación. Debes quitar tus dentaduras al menos 6 horas al día, generalmente al ir a dormir por la noche, para dar descanso a los tejidos de tus encías. Durante este tiempo, las dentaduras pueden limpiarse y colocarse en un recipiente pequeño con agua para evitar que se sequen, lo que puede hacer que la dentadura se deforme y no se ajuste bien. Al menos una vez a la semana, colócalas en una solución de limpieza especial para eliminar esas manchas y proteínas insolubles. Como los alimentos se pegarán a los tejidos blandos de tu boca, también

es beneficioso cepillar el paladar y la lengua diariamente. Masajear y estimular estos tejidos reducirá la incidencia de inflamación y puntos dolorosos.

ROTURA: Las dentaduras están hechas de material acrílico (plástico) y pueden romperse fácilmente cuando se usan incorrectamente o se caen. Nunca envuelvas tu dentadura en un pañuelo o servilleta y la pongas en tu bolsillo o bolso. Cuando salgas de casa, lleva contigo un estuche o contenedor para guardar tu dentadura de manera segura si necesitas quitártela por un corto período de tiempo. En casa, guarda tu dentadura en un recipiente con agua para evitar que se deforme.

EXÁMENES REGULARES: Asegúrese de revisar sus dentaduras postizas al menos una vez al año, ya que cambios en la boca, como la pérdida ósea y el desgaste de los dientes, ocurrirán inevitablemente. Cuando las encías y el hueso de soporte cambian, provocando que su dentadura se afloje o se vuelva incómoda, puede ser necesario ajustarla, rellenarla o reemplazarla. Mantener un cuidado meticuloso de las dentaduras postizas y los tejidos blandos de soporte ayudará a desacelerar estos cambios.