

Recomendaciones con ortodoncia fija (brackets)

Con brackets es normal notar molestias y rozaduras los primeros días.

Cuidados:

- Sigue una dieta blanda al principio (purés, pasta, tortilla, pescado suave).
- Usa cera ortodóncica si algún bracket o alambre roza.
- Cepíllate después de cada comida y usa cepillos interproximales.
- Utiliza colutorio si te lo hemos recomendado.

Evitar:

- Comer alimentos duros o pegajosos (frutos secos, chicles, caramelos, bocadillos muy duros).
- Morder cosas con los dientes delanteros (manzanas enteras, bocadillos crujientes).
- Manipular los brackets con los dedos o la lengua.

Llamar si:

- Un alambre se clava en la mejilla.
- El dolor es muy fuerte y no mejora.
- Se despegan varios brackets o hay alguna urgencia.