PURE SMILE

8000 SW 117th Ave, Suite 100
Miami, FL 33183
(305) 787-3642 · puresmilemiami.com

GUÍA DESPUÉS DE TU TRATAMIENTO DE HIGIENE

Cómo te vas a sentir y qué hacer en casa

Guarda esta guía. Si tienes dudas, llámanos al (305) 787-3642.

PARA LA CLÍNICA · MARCA LO DE HOY

Tratamiento: ☐ Limpieza de rutina ☐ Limpieza intermedia (gingivitis) ☐ Limpieza profunda · zonas: _____ ☐ Mantenimiento periodontal

Te aplicamos: ☐ Anestesia local ☐ Barniz de flúor ☐ Antibiótico local en la encía ☐ Desensibilizante ☐ Sellantes

Para casa: ☐ Enjuague de clorhexidina 0,12 % ☐ Pasta para dientes sensibles

Próxima cita: _____

Qué es normal según tu tratamiento

TRATAMIENTO	CÓMO TE PUEDES SENTIR	CUÁNTO DURA	CUÁNDO VUELVES
Limpieza de rutina	Sensibilidad leve al frío o al calor, encías un poco adoloridas, sangrado leve al cepillarte el primer día.	1 a 2 días	Cada 6 meses, o cuando te indiquemos
Limpieza intermedia (gingivitis)	Encías adoloridas y sangrado leve. Al bajar la inflamación, la encía se ve más firme y puede retraerse un poco.	2 a 3 días. El sangrado al cepillarte baja en 1 a 2 semanas	A la cita de control que te demos
Limpieza profunda (raspado y alisado radicular)	Molestia en las zonas tratadas, sensibilidad al frío, encías que se retraen (dientes más largos o con espacios) y dientes que pueden sentirse algo flojos al principio.	Molestia: 2 a 3 días, a veces hasta una semana. Sensibilidad: puede durar 2 a 4 semanas y va a menos	Revisión de encías en 4 a 6 semanas. Después, mantenimiento cada 3 o 4 meses
Mantenimiento periodontal	Como una limpieza de rutina, a veces con algo más de sensibilidad.	1 a 3 días	Cada 3 o 4 meses

Las encías sanas son más firmes y se ajustan al diente. Por eso, al bajar la inflamación, es normal notar espacios que antes tapaba la encía hinchada.

Para las molestias

- Enjuague de agua tibia con sal (media cucharadita en un vaso), 2 o 3 veces al día, a partir del día siguiente.
- Pasta para dientes sensibles (con nitrato de potasio o fluoruro de estaño). Úsala todos los días: tarda unas semanas en hacer efecto.
- Si puedes tomarlo, un analgésico sin receta como ibuprofeno o acetaminofén, según la etiqueta o lo que te indicó el dentista.

Si te aplicamos o recomendamos...

Anestesia local

No comas ni tomes nada caliente hasta que se pase el adormecimiento (1 a 3 horas), para no morderte el labio, la lengua o el cachete ni quemarte. Si es un niño, vigílalo.

Antibiótico local en la encía

No te cepilles en 12 horas. No uses hilo, palillos ni cepillos interdentales en las zonas tratadas durante 10 días. Durante una semana, evita lo duro, crujiente o pegajoso (chicle, palomitas, nueces).

Desensibilizante o sellantes

Puedes comer normal. Con los sellantes, evita morder cosas muy duras (hielo, caramelos duros).

Barniz de flúor

Puedes tomar agua enseguida. Durante 4 a 6 horas: comida blanda, nada muy caliente y nada de alcohol. No te cepilles ni pases hilo hasta la noche, o hasta mañana si te lo indicamos. Es normal que los dientes se vean algo amarillos hasta el siguiente cepillado.

Enjuague de clorhexidina

2 veces al día, después de cepillarte: 15 ml (la tapa) durante 30 segundos, y escupe. No lo tragues. Después no enjuagues con agua, no comas ni te cepilles enseguida. Puede cambiar el sabor de las comidas y manchar los dientes; las manchas se quitan en la siguiente limpieza. Úsalo solo los días que te indicamos.

Después de una limpieza profunda

- Las primeras 24 a 48 horas: comida blanda y tibia. Mastica del lado que no se trató.
- Evita lo muy caliente, picante, duro o con semillas pequeñas (palomitas, nueces) en las zonas tratadas.
- No fumes ni vapees durante al menos 72 horas: retrasa la curación.
- Cepíllate con un cepillo suave desde esa misma noche, con cuidado en las zonas tratadas.

Tu rutina en casa

- Cepíllate 2 veces al día, 2 minutos, con pasta con flúor.
- Limpia entre los dientes 1 vez al día: hilo, cepillos interdentales o irrigador.
- Cambia el cepillo cada 3 o 4 meses.
- Limita las bebidas con azúcar y picar entre comidas.
- Si tienes implantes, puentes o aparatos, usa el cepillo o el hilo especial que te indicamos.

Llámanos si...

- El dolor o la sensibilidad aumentan en vez de bajar después de 2 o 3 días.
- La encía se hincha, sale pus o tienes fiebre.
- El sangrado no para después de apretar una gasa 15 a 20 minutos.
- Notas sarpullido, ronchas o picor después de un medicamento.
- Se te soltó o rompió un empaste o una corona.

Llama al 911 o ve a urgencias del hospital si te cuesta respirar o tragar, o si la hinchazón se extiende a la cara o al cuello.

(305) 787-3642 · Lunes a viernes, 9:00 a. m. a 7:00 p. m. · Sábados, 10:00 a. m. a 5:00 p. m. puresmilemiami.com

Información general basada en las recomendaciones de la Asociación Dental Americana (ADA), la Academia Americana de Periodoncia (AAP) y las etiquetas de los productos. No sustituye las indicaciones de tu dentista.