

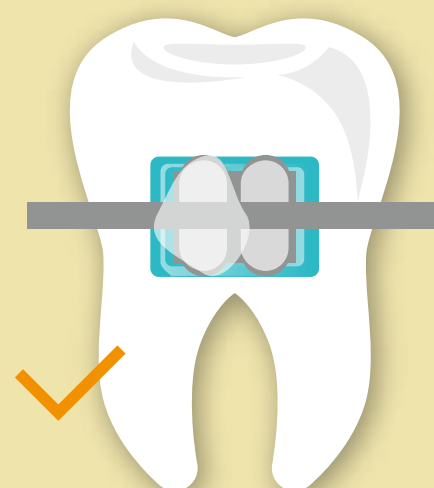


APARELHOS FIXOS: 6 dicas de como cuidar



Higienização

Usar o fio dental e escovar os dentes após todas as refeições, evitando futuras manchas e lesões de cáries.



Cera odontológica

Se alguma peça do aparelho estiver machucando, utilize a cera odontológica. Ela cobre os bráquetes, evitando atrito com as bochechas ou lábios. Peça para seu ortodontista.



Alimentação

Não comer alimentos duros nem pegajosos, como balas, chicletes, amendoim, pipoca. Não morder diretamente alimentos como maçã, cenoura, laranja, etc. Estes devem ser consumidos cortados.



Sensibilidade é normal

Uma pequena sensibilidade é normal na fase de adaptação ao aparelho, como também um certo desconforto 24 a 48 horas após cada ajuste. Se necessário, tome o analgésico recomendado pelo seu ortodontista para aliviar a dor.

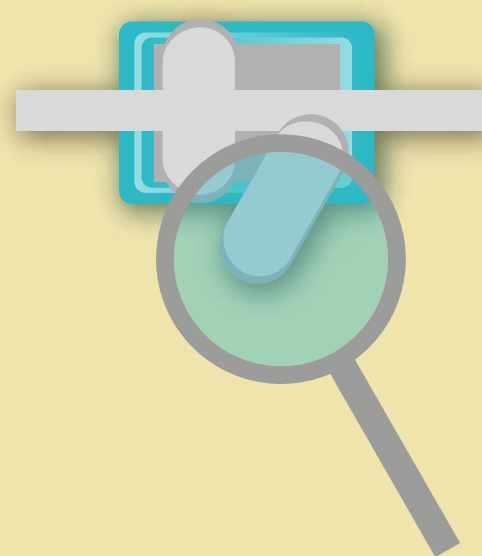
Maus hábitos

Evitar maus hábitos, como roer unhas e morder caneta ou lápis.



Danos ao aparelho

Danos ao aparelho podem prolongar o tempo de tratamento. Então, caso seu aparelho quebre ou solte, comunique imediatamente seu ortodontista para as orientações adequadas.



Além das dicas acima, fique atento às seguintes recomendações:

- Opte por uma escova de dentes macia;
- Além da escova comum, use sempre uma escova interdental;
- Para usar o fio dental, utilize um passa fio ortodôntico ou então o super floss;
- Faça bochecho diário com uma solução fluoretada.