

01 / ANTES DE LA ENTREGA

Antes de usarla

Tu prótesis parcial reemplaza algunos dientes y se retira para limpiarla. Esta guía es para su uso convencional, una vez que tu odontólogo lo autorice.

1. Prepara tu cita

- Informa si tienes llagas, dolor, boca seca o dificultad para usar las manos. Lleva tu prótesis anterior, si la tienes, y comenta qué te resulta incómodo.
- Confirma qué dientes sostienen la prótesis, de qué material está hecha y cómo se limpia. Los ganchos y las bases flexibles necesitan cuidados adecuados a su diseño.

2. Practica antes de salir

- Pide que te enseñen frente a un espejo dónde sujetarla y cómo introducirla y retirarla. Repite la maniobra con el odontólogo hasta sentirte seguro.
- Colócala con los dedos siguiendo la dirección indicada. No muerdas para encajarla: puedes lastimar los dientes o doblar los ganchos.
- Para retirarla, usa los puntos de apoyo que te mostraron. No tires de un solo gancho ni uses herramientas. Si se atora, detente y llama a la clínica.

3. Revisa el ajuste y tu plan

- Avisa si al cerrar la boca una zona toca antes que las demás, si un gancho pincha o si sientes presión dolorosa en un diente.
- Sal de la cita con horario de uso, producto de limpieza, forma de guardarla y fecha de revisión. Solicita una demostración para tu cuidador si necesitas ayuda.

Si hubo una extracción reciente o tu prótesis lleva anclajes a implantes, pide el plan específico de ese tratamiento.

02 / ADAPTACIÓN

Los primeros días

Aprender a hablar y comer con tu prótesis requiere práctica. El ritmo de adaptación varía; las molestias que persisten necesitan revisión.

4. Qué puedes notar

- Al principio puede sentirse voluminosa y puedes producir más saliva. Estas sensaciones suelen disminuir con el uso y los ajustes necesarios.
- Lee en voz alta y repite con calma las palabras difíciles. Si la prótesis se desplaza al hablar o no puedes cerrar cómodamente la boca, solicita revisión.
- Úsala durante el horario acordado. Retírala para dormir, salvo una indicación temporal y expresa de tu odontólogo.

5. Cómo empezar a comer

- Elige alimentos suaves: huevo, pescado sin espinas, verduras cocidas o frijoles blandos. Corta porciones pequeñas y mastica despacio.
- Distribuye la masticación entre ambos lados para reducir el balanceo. Aumenta la consistencia de los alimentos conforme comas con comodidad.
- Evita al inicio chicle, caramelos pegajosos y alimentos muy duros. No muerdas hielo, huesos ni objetos con la prótesis.

6. Si aparece una rozadura

- Contacta a la clínica si una zona duele o aparece una llaga. No esperes a que se forme una herida grande para pedir un ajuste.
- Si el dolor impide usarla, retírala y solicita valoración. Pregunta si conviene colocarla antes de la revisión y por cuánto tiempo; no soportes dolor intenso.
- No limes la base, doubles los ganchos ni agregues adhesivo por tu cuenta para corregir presión o movimiento.

La adaptación no exige aguantar dolor intenso. Los ajustes deben hacerse en consulta.

03 / HIGIENE Y DESCANSO

Tu rutina diaria

Limpia por separado la prótesis y tu boca. Los dientes naturales que permanecen necesitan protección contra caries y enfermedad de las encías.

7. Limpia la prótesis fuera de la boca

- Retírala y enjuágala después de comer. Por la mañana y por la noche, cepilla todas sus superficies con un cepillo suave y limpiador no abrasivo compatible.
- Hazlo sobre una toalla doblada o un lavabo con agua para amortiguar una caída. Limpia con suavidad alrededor de los ganchos, sin deformarlos.
- No uses pasta dental común, cepillo duro ni agua caliente o hirviendo. Si usas un limpiador de remojo, respeta su cantidad y tiempo; enjuaga muy bien antes de colocarla.

8. Cuida tus dientes y encías

- Con la prótesis fuera, cepilla tus dientes con pasta fluorada dos veces al día. Presta atención a los dientes que reciben los ganchos y al borde de la encía.
- Limpia entre tus dientes diariamente con hilo o cepillos interdentes del tamaño que te indiquen. No fuerces el accesorio si no pasa.
- Limpia suavemente encías y lengua. Si tienes sangrado frecuente, mal olor persistente o un diente de apoyo se mueve, pide revisión.

9. Guárdala de forma adecuada

- Al retirarla para dormir, déjala limpia en su recipiente, habitualmente cubierta con agua fresca. Confirma el método para tu material y cambia el agua a diario.
- Si contiene metal, evita cloro o soluciones con hipoclorito. En bases flexibles o con recubrimiento blando, usa únicamente el producto aprobado para ese material.
- Los limpiadores son para la prótesis fuera de la boca: no hagas buches con ellos ni los ingieras. El remojo no sustituye el cepillado.

Pasta fluorada para tus dientes naturales; limpiador compatible y no abrasivo para tu prótesis.

04 / REVISIÓN Y CONTACTO

Cuándo pedir ayuda

Acude a los controles aunque la prótesis parezca funcionar bien. En consulta se revisan su ajuste, los ganchos, los dientes de apoyo y las encías.

10. Solicita revisión dental

- Si duele, se mueve, se atora, se rompe o tiene una parte filosa, contacta a la clínica. No uses una prótesis rota ni la pegues; lleva todas las piezas.
- Consulta por llagas que se repiten, sangrado o cambios en los dientes de apoyo. Una lesión que dura más de tres semanas debe valorarse, aunque no duela.

11. Pide atención el mismo día

- Dolor intenso, pus, fiebre o hinchazón de encía o cara requieren valoración urgente. No los atribuyas solamente a la adaptación.

12. Acude a urgencias de inmediato

- Si te cuesta respirar, hablar, tragar o abrir la boca, tienes mucha hinchazón en la boca o el cuello, un ojo hinchado o doloroso, o cambios repentinos en la visión, busca atención médica inmediata. No esperes respuesta por WhatsApp.

Acuerda tu plan en consulta

Confirma el material y practica la colocación y el retiro con tu odontólogo.

Acuerda horario de uso, limpieza, almacenamiento y próxima revisión.

Contacto y horarios de la clínica: dentalsonrixxs.com/contacto

Ante una urgencia médica, no esperes respuesta por WhatsApp.

Material educativo pendiente de aprobación clínica.

No ajustes ni repares la prótesis en casa. Si una molestia aumenta, adelanta tu revisión.