

Ayudan a mantener los resultados conseguidos

Ahora que te han quitado los braquets, lo que quereis tu ortodoncista y tu es mantener la salud bucal y una sonrisa bonita. Tu ortodoncista ha decidido que la mejor forma para conseguirlo, es que uses un retenedor.

Llevar un retenedor es algo sencillo, pero es una parte importante de tu tratamiento de ortodoncia. Un retenedor está diseñado para mantener tus dientes dónde los aparatos de ortodoncia los han dejado. Usar el retenedor tal cómo te indiquen, es la clave para mantener el éxito de tu tratamiento de ortodoncia.

Hay una gran variedad de retenedores. Algunos removibles (que se quitan y se ponen) y otros fijos, es decir, cementados en tus dientes. Tu ortodoncista te pondrá el tipo de retenedor que mejor mantenga la nueva posición de tus dientes.



Sigue las instrucciones de tu Ortodoncista

Tu retenedor está diseñado especialmente para tu tratamiento de ortodoncia. Es muy importante que lo uses exactamente cómo te han enseñado. Si no es así, los objetivos de tu tratamiento, puede que no se mantengan en el tiempo. Si no llevas el retenedor después de los braquets y no sigues las instrucciones que el doctor te ha dado, tus dientes se podrían mover a la posición inicial, perdiendo todo lo que has conseguido con tu tratamiento.

Es necesario que lleves el retenedor durante un tiempo, así que debes tener paciencia. Cada caso es diferente. Sigue las instrucciones de tu ortodoncista de cómo llevar el retenedor. Hay casos en los que es necesario llevar la retención de forma permanente. Tu ortodoncista te indicará cuánto tiempo debes llevarla en tu caso particular.



Colegiada nº 698.

Doctora **Verna Thams Baudot**

Síguenos en..



Facebook.com/ClinicadeOrtodonciaExclusiva



Twitter.com/OrtodonciaenCC

Clinica de Ortodoncia Exclusiva

C/ San Pedro de Alcántara, 14 - 1º. CÁCERES

Teléfono: **927 222 717** / Móvil: **627 287 163**

www.ortodonciaencaceres.com



RETENEDORES

Ayudan a mantener
los resultados conseguidos



AESOR

ASOCIACIÓN ESPAÑOLA DE ESPECIALISTAS DE ORTODONCIA

Miembro de la Federación Europea de Especialistas en Ortodoncia

Depende totalmente de ti

Si quieres que tu retenedor haga su función, debes hacer tres cosas:

★ Usarlo cómo te han indicado.

El retenedor es efectivo sólo si sigues las instrucciones que te han dado de cómo usarlo.

Sólo hacen su función mientras estén en tu boca, no en tu bolsillo. Recuerda que llevar el retenedor después de que te hayan quitado los braquets, es la mejor manera de mantener la salud y la bonita sonrisa con la que has acabado el tratamiento.

★ Mantenerlo limpio.

Si te han dado un retenedor removible, es muy fácil de limpiar cuándo te lo quitas de la boca. Tu ortodoncista te explicará cómo.

Si tu retenedor va pegado a los dientes, es importante que lo cepilles después de las comidas y que te pases el hilo dental al menos una vez al día. Tu ortodoncista te enseñará cómo cuidar tu retenedor fijo. Si no te puedes cepillar después de las comidas, asegúrate que te enjuagas la boca con agua hasta que te puedas cepillar.

Tanto si tu retenedor es removible o fijo, asegúrate de que vas a tu dentista a hacerte una limpieza cada seis meses (o más a menudo, si te lo recomiendan).

★ Tratarlo con cuidado.

Recuerda que mientras el retenedor no está en la boca, debe estar en su caja por seguridad. Los retenedores son más fáciles de perder de lo que piensas, y son costosos de reemplazar. Si te quitas el retenedor para comer y lo envuelves en una servilleta, puede acabar en la basura accidentalmente. Si el retenedor se queda fuera de su caja, puede caer al suelo, puede que alguien lo pise o puede que un perro o un gato lo muerdan.

Si te han dicho que sólo debes usar el retenedor una parte del día, déjalo en la caja mientras no lo llesves puesto, así no lo perderás ni se romperá. Dependiendo del material del que está hecho el retenedor, tu ortodoncista te instruirá a cerca de dónde debes guardarlo cuándo no lo estés usando.

Haz que tu retenedor trabaje para ti

Tu retenedor está diseñado especialmente para tu boca para conseguir mantener los dientes en su sitio. Si sigues la siguiente guía de cómo usarlo y cuidarlo, te durará más tiempo.



Tienes algún problema con tu retenedor?

Contacta inmediatamente con tu ortodoncista

Si se te ha roto o has perdido el retenedor, contacta con tu ortodoncista para que lo sustituya. Si no te ajusta bien (cosa que puede pasar si no lo has llevado el tiempo que te indicó tu ortodoncista) o si tu retenedor fijo se ha soltado, llama a tu ortodoncista y pide una cita.

Es importante que elijas un ortodoncista

Un ortodoncista es un especialista en el diagnóstico, prevención y tratamiento de problemas dentales y faciales. Todos los ortodoncistas son dentistas, pero sólo un 6% de los dentistas son ortodoncistas. La admisión en un postgrado de ortodoncia es muy competitiva y selectiva.

La duración del postgrado es de tres años y los requisitos que se requieren son exigentes.

Un ortodoncista debe superar una carrera Universitaria de cinco años antes de empezar un postgrado de tres años de duración en una Universidad dónde se haga la especialidad. Así pues, después de la carrera universitaria de Odontología, se necesitan tres años mas de formación para conseguir el título. El estudiante de Ortodoncia aprende cómo manejar el movimiento dental (ortodoncia) y cómo guiar el desarrollo facial (ortopedia dentofacial).

Sólo los dentistas que acaban la formación de Postgrado, pueden llamarse Ortodoncistas y ser miembros de AESOR.

Trabajo en equipo: Tu dentista, tu ortodoncista y tu

Conseguir una sonrisa bonita y sana es un esfuerzo de equipo que involucra al ortodoncista, al dentista y al paciente (y a los padres del paciente, si el paciente es menor de edad) y si es necesario, a otros especialistas como el periodoncista,odontopediatra,cirujano... etc. El ortodoncista aporta la experiencia, el plan de tratamiento y las técnicas para alinear los dientes. El dentista ayuda a asegurar una salud dental y de las encías durante el tratamiento. El paciente debe cooperar siguiendo las indicaciones del dentista y del ortodoncista atentamente para que los dientes se muevan de la forma deseada y tal y cómo está programado.

Cómo la higiene dental es muy importante, debes ir regularmente al dentista cada seis meses durante el tratamiento de ortodoncia (o más a menudo si te lo recomiendan). Es esencial que el paciente evite comer de forma que se dañen los aparatos de ortodoncia(alimentos muy duros o pegajosos). El paciente debe mantener la salud dental y una dieta adecuada para conseguir los mejores resultados del tratamiento

Una bonita sonrisa para toda la vida

- ★ Sigue las recomendaciones y empieza a llevar a tu hijo al dentista cuándo tenga un año.

Visita regularmente a tu dentista al menos cada seis meses.

- ★ Lleva a tu hijo a su primera revisión al ortodoncista alrededor de los siete años. Si se detecta un problema, tu ortodoncista determinará cuándo es el mejor momento para empezar el tratamiento.

- ★ Lleva a tu hijo a la revisión con el ortodoncista aunque tenga más de siete años. Aunque una revisión temprana puede ser muy beneficiosa, la mayor parte de los tratamientos empiezan algo mas tarde.

- ★ Recuerda que del tratamiento de ortodoncia también se pueden beneficiar los adultos. Actualmente hay braquets menos visibles, más cómodos que hacen que el tratamiento pueda realizarse a cualquier edad.

- ★ Elige un ortodoncista-especialista calificado para tratar problemas ortodóncicos.

- ★ Aprovecha los tratamientos de ortodoncia actuales. Muchos ortodoncistas tienen planes de pago adaptables.

- ★ Recuerda que el éxito del tratamiento de ortodoncia es un trabajo en equipo. El ortodoncista, el dentista y, especialmente, un paciente colaborador trabajan juntos para conseguir una sonrisa bonita, saludable para toda la vida.

