

ORIENTAÇÕES E CUIDADOS *com o aparelho*



Caso tenha dúvidas ou precise marcar uma consulta de "encaixe", não hesite em contactar-nos através dos números:

VILA FRANCA DE XIRA: 263 209 176

CASTANHEIRA DO RIBATEJO: 263 039 841

TÁGIDES
SAÚDE & BEM-ESTAR

LIMPEZA



- A limpeza dos dentes deve ser feita após as refeições, ainda que ligeiras. Portanto, leve sempre consigo uma escova macia e de cabeça pequena tendo sempre o cuidado de não deixar que a parte plástica da escova atinja os brackets;

ALIMENTAÇÃO



- Após a colagem do aparelho, aguarde 2 horas antes de fazer a primeira refeição. Neste dia, procure ingerir apenas alimentos macios;
- No dia-a-dia, evite alimentos duros, tais como: amendoins, pipocas, castanhas, nozes, bolachas rijas, etc;
- Alimentos como maçã, pão, frango, carne e sandes em geral devem ser

cortados em bocados muito pequenos. Não devem ser mordidos directamente;

- Ao comer azeitonas, retire antes os caroços;
- Alimentos fibrosos como ananás e manga devem ser evitados pois os filamentos podem emaranhar-se no aparelho e danificá-lo;
- Alimentos pegajosos como pastilhas elásticas, caramelos, etc, são proibidos;

MANUTENÇÃO



- Caso caia algum *bracket* ou se dê alguma anomalia que não cause dor ou desconforto, aguarde o dia da consulta de manutenção. Caso alguma parte do aparelho esteja a magoar e incomodar, solicite uma consulta de “encaixe” ligando para a clínica;

- A consulta de “encaixe” é uma emergência e não uma manutenção completa: neste caso, só a anomalia será reparada;
- A manutenção é feita apenas uma vez por mês pois o tratamento com o aparelho fixo deve ser feito com movimentos leves e subtis para evitar danos nas estruturas de suporte dos dentes;
- Durante a consulta de manutenção, é facultado ao paciente um intervalo de alguns minutos para que o mesmo possa fazer a higienização mais profunda da boca sem o arco (ou fio). Convém, portanto, que trada sempre consigo o kit de ortodontia que lhe fornecemos no primeiro dia com uma escova de dentes macia, fio dentário ou passa-fio e uma escova interdental;
- A substituição dos arcos será feita de acordo com a consulta clínica do profissional;
- Após as manutenções, o aparelho fixo pode, em alguns casos, aumentar a sensibilidade dos dentes. Cada organismo reage de uma maneira diferente;

LEMBRE-SE: Agora, para além de responsável pelo cuidado dos seus dentes e gengivas, será também responsável pelo cuidado do seu aparelho.