

KATHLEEN  
**VALENCIA**  
ORTHODONTICS



**Felicitaciones! Bienvenido a nuestra familia!**

Con un poco de ayuda de usted, la Dr. Valencia podrá hacer de su tratamiento de ortodoncia una experiencia agradable y gratificante. Sin embargo, sin su ayuda, el tratamiento será extendido y su resultado final puede no ser tan perfecto como habíamos planeado que fuera. Incluso podría llegar a aparecer caries y hasta gingivitis alrededor de sus brackets. Trabajando juntos nos aseguraremos que estas complicaciones no sucedan!.

**Tenga cuidado con sus brackets...** tómese un momento a continuación, para revisar *Band and Bracket Food List*, la lista de alimentos que se deben evitar, los cuales demoran el tratamiento. Es muy fácil perder un mes entero de progreso solamente con un bracket quebrado. Puede imaginarse las consecuencias de cinco o seis brackets desprendidos!

**Llámenos si se desprende o cae algún bracket...** si no se ha dado cuenta que algo está desprendido, puede ser imposible solucionar el inconveniente en sus citas regulares. La mejor manera de evitar consultas innecesarias, es comunicándose con nosotros, cuanto note algo fuera de lo normal.

**El cepillado correcto y el uso de la seda dental mantendrán sus dientes y encías sanas y un aliento fresco.** No se le olvide mantener sus citas regularmente. A menos que hayamos programado un chequeo o una limpieza cada seis meses.

KATHLEEN  
**VALENCIA**  
ORTHODONTICS



**Procedimientos Ortodónticos del Cepillado y Seda Dental**

Cepillado (cerdas suaves solamente)

Cepílese después de cada comida. Si no puede hacerlo inmediatamente, haga un enjuague con agua.



1. Utilice un cepillo seco con una pequeña cantidad de crema dental. Coloque las cerdas donde las encías y los dientes se encuentren.

2. Haga movimientos circulares vibratorios alrededor del borde de las encías durante 10 segundos en cada diente.



3. Cepille suave y cada a separadamente cada arco del diente.

4. Cepille los dientes inferiores para arriba y los superiores hacia abajo. Cepille su lengua y el paladar también!

KATHLEEN  
**VALENCIA**  
ORTHODONTICS



5. Coloque la seda cuidadosamente en el enhebrador y deslícelo entre los brakets.

6. Pásese la seda cuidadosamente alrededor de los brakets.



7. Pásese la seda cuidadosamente alrededor del área de la encía.

8. Pásese la seda cuidadosamente alrededor de cada diente.

### **Seda Dental**

Pásese la seda dental después del cepillado para remover la placa que su cepillo de dientes no logró alcanzar. Utilice un enhebrador entre los brakets y encías.

Recuerde: utilice su *sentido común* al decidir que alimentos puede comer y cuáles debe evitar. Si una banda o braket se desprenden o sueltan, por favor llámenos a la oficina y háganos saber para programar una cita lo antes posible.