



Luz María Mejía Múnera

Odontóloga C.E.S - Ortodoncista U. de A.



ORTODONCIA - GUÍA INFORMATIVA

¿QUÉ ES LA ORTODONCIA?

La ortodoncia es la especialidad de la odontología que se dedica al diagnóstico, prevención y tratamiento de las irregularidades de los dientes, la mordida y los maxilares.

Son varias las razones por las que las personas hacen alinear sus dientes, pero la más importante de ellas es la salud dental. Si los dientes no están bien alineados y los maxilares ubicados en posiciones correctas que permitan una buena masticación, se pueden formar caries y enfermedades de las encías y, en casos más graves, producirse problemas en la articulación de la mandíbula con el cráneo.

¿QUÉ VOY A SENTIR?

Al hacer los movimientos de los dientes con la ortodoncia, es normal que se presenten algunas de las siguientes molestias: sensación de “dientes flojos”, dolor en los dientes, e irritaciones o peladuras.

¿CÓMO PUEDO ALIVIAR LAS MOLESTIAS?

- Consultar al ortodoncista.
- Comer alimentos blandos.
- Cubrir el bracket causante de la peladura con cera especial.
- Tomar analgésicos.

¿QUÉ CUIDADOS DEBO TENER DURANTE EL TRATAMIENTO?

- Llevar una dieta blanda, evitando cierto tipo de alimentos que pueden causar problemas como brackets caídos o alambres doblados o partidos. Algunos de estos alimentos son: hielo, huesos, mentas, semillas de fruta, alimentos tostados, chicles, caramelos, etc.
- Las frutas y verduras deben consumirse preferiblemente en pequeños trozos.
- Evite desgarrar alimentos con los dientes anteriores como hamburguesas, mazorcas, etc.
- Si alguna parte de los aparatos utilizados se cae, dobla o parte, no olvide informarlo con tiempo al ortodoncista.
- Eliminar los malos hábitos como morder objetos, comer uñas, chupar dedo, etc.
- Si practica deportes, es recomendable utilizar un protector diseñado especialmente para proteger dientes, brackets y encías.
- En caso de no poder asistir a la cita, debe cancelarla con tiempo. Recuerda que el cumplimiento de todas las citas garantiza que el tratamiento se realice dentro del tiempo y costos programados.

¿CÓMO DEBE SER LA HIGIENE ORAL CON LA ORTODONCIA?

Es fundamental el mantenimiento de una EXCELENTE higiene oral, ya que los aparatos que se utilizan durante el tratamiento (brackets, bandas, tubos, etc.) ayudan a que se acumule mayor cantidad de placa bacteriana, la causa principal de enfermedades como la caries, la gingivitis, la periodontitis y el mal aliento. Esto se puede evitar utilizando todos los elementos necesarios para este tipo de tratamiento.

Uso de la seda dental

Debemos habituarnos a la utilización de la seda dental mínimo una vez al día. La ortodoncia dificulta su uso, pero existen recursos que nos ayudan a la limpieza entre diente y diente, como los enhebradores. La técnica utilizada es la siguiente:

- El enhebrador es una aguja grande de plástico; una punta de la seda dental se introduce por el ojo, y se anuda.
- Luego de asegurarla, se pasa el enhebrador debajo del alambre, y se procede a limpiar con la seda la unión entre diente y diente.

El cepillado

- Utilizar preferiblemente un cepillo especial para pacientes con ortodoncia, el cual posee los filamentos en forma de “V”, para seguir el contorno de la aparatología y al mismo tiempo limpiar la superficie del diente.
- Cepillar los dientes en forma horizontal cerciorándose que queden limpias todas las superficies dentales y los aparatos.
- Cepillar entre los brackets y debajo de los alambres con la ayuda de un cepillo interdental o interproximal; este cepillo es pequeño y tiene forma de escobillón y ayuda a que no se formen cálculos, manchas y caries alrededor de los aparatos.

Otras ayudas

Es recomendable el uso de un enjuague bucal como complemento y refuerzo para una buena higiene oral. Sin embargo, no debe abusarse de su uso, ya que éstos contienen alto grado de alcohol y otros componentes que pueden alterar los microorganismos normales de la boca, o causar manchas e irritaciones. En ningún caso el enjuague bucal reemplaza el uso de la seda y el cepillado.

También se aconseja utilizar reveladores de placa bacteriana, para evaluar los sitios en donde la higiene oral está fallando.

¡Recuerde que parte del éxito del tratamiento depende de que siga todas las recomendaciones aquí descritas!