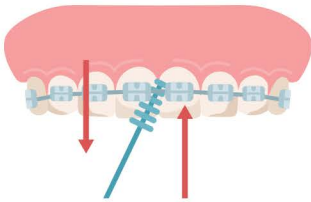


CUIDANDO DE SUS BRACKETS

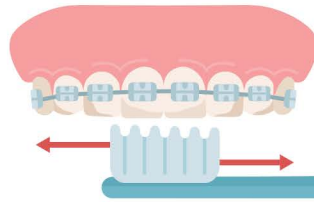
CEPILLE CON CUIDADO

Los brackets crean una superficie extra en sus dientes y crea aún más oportunidad de que restos de alimentos se queden atrapados y causan caries. Puede vencerlos tras cepillarse los dientes y usando hilo dental con frecuencia. Al cepillarse mantenga el cepillo de dientes a un ángulo de 45 grados y cepille en un movimiento circular alrededor de cada bracket. Tome su tiempo para asegurarse que haya removido todo el sarro y acumulación de placa.

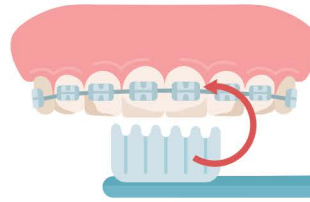
CEPILLARSE LOS DIENTES CON FRENILLOS



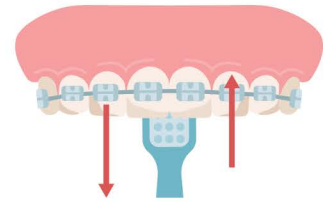
Limpiar con un cepillo



Cepille las superficies más lindas, internas y de masticación de cada diente



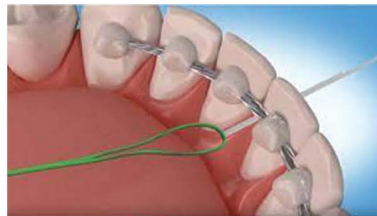
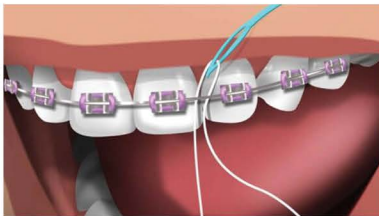
Cepille suavemente
Un movimiento circular



Utilice la punta de su cepillo para la superficie interna de sus dientes frontales

USE HILO DENTAL

Brackets y alambres dificultan el uso de hilo dental. Sin embargo, el uso del hilo dental es una parte esencial para mantener una higiene oral óptima ya que logra eliminar restos de comida en lugares que son incansables por un cepillo de dientes. Comidas atoradas en sus brackets pueden causar caries. Pase el hilo dental entre los dientes y debajo de los alambres de sus brackets. Un Pik de agua también podría ser una herramienta útil para mantener sus brackets limpios.



DIETA

Siempre recomendamos una dieta saludable y balanceada sea que tenga brackets o no. Es de mucha importancia evitar comidas que aumentan el riesgo de caries o que puedan dañar sus brackets. Evite alimentos masticables, pegajosos y fuertes como palomitas, cubos de hielo, manzanas enteras, o caramelo etc

VISITA EL DENTISTA CON FRECUENCIA

Aunque los brackets son un sistema funcional si requieren más atención que dientes sin brackets. Con esto en mente visite su dentista y ortodoncista con frecuencia ya que ellos podrán reparar cualquier problema que pueda surgir y prevenir que empeore. Si tiene alguna pregunta, preocupación, o si se le llega despegar un bracket favor de contactar nuestra oficina.



**SUNRISE
SMILES**

