



# CONNECT

DENTAL CARE

Eduardo Ubieta, DMD, FAGD, DICOI

## INSTRUCCIONES PARA BLANQUEAMIENTO DENTAL

### ¿CUÁLES SON LAS INSTRUCCIONES BÁSICAS DE BLANQUEAMIENTO?

Inicie el proceso de blanqueamiento cepillándose los dientes. Enjuague bien, coloque un punto de gel blanqueador en la parte frontal de la bandeja personalizada y extienda el gel con la punta de la jeringa. Coloque las bandejas sobre sus dientes y presione suavemente la bandeja para mover el gel a su lugar. Limpie el exceso de gel en el tejido de la encía con su dedo o un pañuelo y escupe el exceso. Use las bandejas durante 1-2 minutos o durante la noche, dependiendo de la lejía. Retire las bandejas. Limpie el gel con un pañuelo de papel y use un cepillo de dientes con agua (sin pasta) para limpiar las bandejas a fondo.

### ¿CUÁNTO TARDARÍA MIS DIENTES EN BLANQUEARSE?

Cada individuo blanquea a un ritmo diferente, pero el tiempo promedio en que la mayoría de las personas notan un cambio de color es usar las bandejas diariamente durante 2-3 semanas. Los dientes amarillos y marrones se blanquean más rápido que los dientes borrosos o teñidos de gris (teñidos con tetraciclina).

### ¿ES NORMAL QUE MIS DIENTES SEAN SENSIBLES?

La sensibilidad es uno de los efectos secundarios más comunes del blanqueamiento. Después del proceso de blanqueamiento, es común experimentar dientes sensibles. También es común experimentar pequeños "zings" en los dientes durante el proceso e incluso uno o dos días después. Si esto ocurre y no es tolerable, es posible que desee cambiar el horario a cada segundo o tercer día o noche. Para ayudar a prevenir o reducir temporalmente la sensibilidad, puede optar por utilizar una pasta de dientes para los "dientes sensibles", que por lo general toma de 4 a 6 semanas para un cambio notable.

### ¿PUEDO BLANQUEAR MIS DIENTES SI TENGO ENFERMEDAD PERIODONTAL?

Los pacientes con enfermedad periodontal o con una exposición excesiva de la superficie de la raíz pueden notar una sensibilidad significativa. Use una pasta de dientes para "dientes sensibles" y un enjuague con flúor durante la noche para ayudar a desensibilizar sus dientes antes del blanqueamiento.

### **¿ES NORMAL QUE MIS ENCÍAS O DIENTES TENGAN MANCHAS BLANCAS?**

Es común ver áreas blancas en el tejido de las encías o los dientes después de quitar las bandejas de la boca. No se asuste, ya que normalmente desaparecerá en una hora. Trate de eliminar todo el exceso de gel del tejido de las encías para evitar que esto ocurra en el tejido de las encías.

### **¿POR QUÉ NO SE ESTÁN BLANQUEANDO MIS DIENTES EVENTUALMENTE?**

Los caninos suelen ser los dientes más oscuros y necesitarán más tiempo para blanquearse. Los dientes son naturalmente más oscuros cerca de la línea de las encías debido a la delgadez del esmalte. Puede llevar más tiempo.

### **¿PUEDO CEPILLAR Y HILAR ALREDEDOR DE MI TEMPORAL?**

Puede cepillarse los dientes y la corona temporal como de costumbre con un cepillo de dientes suave. Use hilo dental en su corona temporal con cuidado. No tire del hilo dental hacia arriba, ya que esto podría desprender o aflojar el temporal. En su lugar, saque el hilo dental del costado del temporal. Si se colocó un puente temporal o si sus carillas temporales son de una sola pieza, use un hilo dental con hilo para limpiar debajo y tire del hilo dental por el costado del frente del temporal.

**SI EXPERIMENTA ALGÚN DOLOR PULPADO O AGUDO, LLAME A NUESTRA OFICINA**

**(305) 596-2815**