

## INSTRUCCIONES PARA RETENEDORES

¡Lo felicitamos por su hermosa sonrisa! Para que continúe luciendo de manera perfecta, es fundamental que utilice sus retenedores nuevos conforme a las recomendaciones. Esta es una parte muy importante de su tratamiento de ortodoncia porque los dientes se moverán o apiñarán si no utiliza los retenedores según las indicaciones.

### TENGA EN CUENTA LO SIGUIENTE:

- Al principio tendrá que utilizar los retenedores entre 8 y 10 horas por día y cuando esté durmiendo. Se los puede quitar para comer, hacer deporte, tocar instrumentos musicales y cepillarse los dientes.

### REGULARMENTE:

- Cepille los retenedores con cepillo y pasta de dientes. Para una mayor limpieza, puede sumergir los retenedores en una solución, mitad agua y mitad agua oxigenada (peróxido de hidrógeno), una mezcla de agua y vinagre o cepillarlos con cuidado con detergente líquido para vajilla.
- La parte de acrílico de sus retenedores no tolera temperaturas muy altas. Preste atención de no dejarlos al sol ni dentro del auto en un día caluroso, y nunca los ponga en agua caliente o hirviendo para limpiarlos o esterilizarlos.
- Guarde siempre los retenedores en su estuche mientras esté comiendo. NO los envuelva en una toalla de papel ni los guarde en el bolsillo. Esto genera un mayor riesgo de perderlos o romperlos.
- No calce y descalce los retenedores con la lengua. Esto los doblará y, a la larga, se quebrarán.