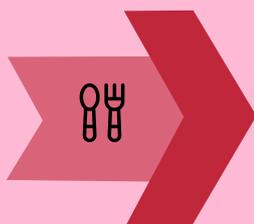


PREVENÇÃO EM ORTODONTIA

ORIENTAÇÃO AO PACIENTE

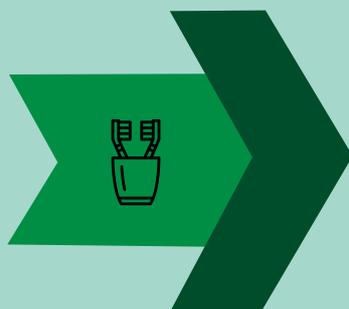


Cuidados na alimentação



- ◆ Evitar: alimentos açucarados ou pegajosos como chiclete e balas de goma; alimentos que soltam fiapos como manga, abacaxi e bacalhau; alimentos muito duros como pipoca, torresmo e amendoim
- ◆ Alimentos como maçã e cenoura devem ser preferencialmente cortados em pequenos pedaços.

Escovação



- ◆ Deve ser feita após cada refeição com escova de cerdas macias.
- ◆ No mínimo por 2 minutos.
- ◆ O ângulo da escovação é de 45 graus em relação ao dente.
- ◆ Escova interdental para limpar entre os dentes.
- ◆ Não esquecer de limpar a língua com o limpador específico ou com a escova.

Enxaguante bucal



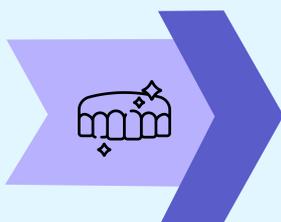
- ◆ Fazer bochecho por 30 segundos.
- ◆ Dar preferência para enxaguantes com flúor e sem álcool.
- ◆ Não ingerir alimentos ou bebidas nos 30 minutos seguintes.

Fio dental



- ◆ Use o fio após todas as escovações. Caso não seja possível, tente passá-lo pelo menos 1 vez ao dia, de preferência antes de dormir.
- ◆ Ele é um aliado imprescindível na limpeza bucal

Orientações importantes



- ◆ A falta de colaboração do paciente poderá comprometer os bons resultados, e uma vez que isso seja identificado, o tratamento poderá ser suspenso.
- ◆ Realize consultas de profilaxia regularmente.

