

## INSTRUCCIONES PARA EL CEPILLADO CON BRACKETS

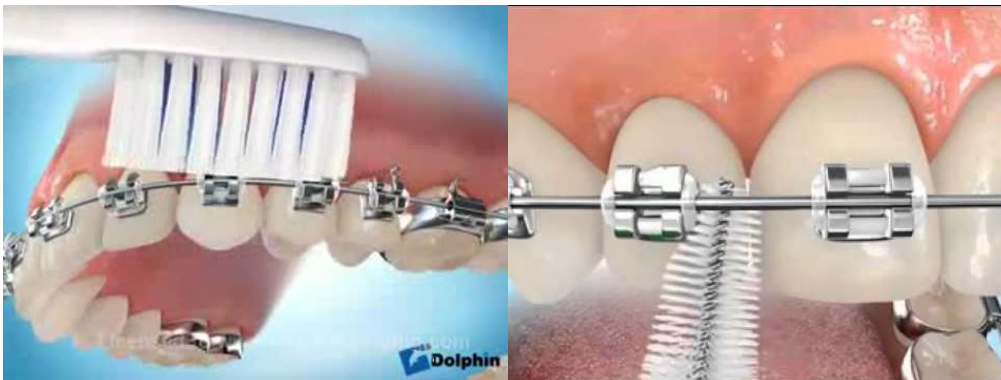
Los aparatos fijos que van cementados a los dientes, reciben el nombre de Brackets y tubos. Dichos aparatos retienen más cantidad de alimento y por ello es absolutamente necesario un cepillado dentario minucioso después de cada comida. Si no se hace esto, los restos de alimento constituyen un terreno ideal para la proliferación de las bacterias que producen la caries y la enfermedad gingival, comenzando ésta por una inflamación de la encía que se enrojece y sangra fácilmente.

Para que los dientes y las encías se mantengan sanos durante el tratamiento de Ortodoncia es necesario:

1. Un cepillo manual o eléctrico.
2. Un cepillo interproximal.
3. Una pasta y colutorio específicos para encías y/o para portadores de aparatos de ortodoncia.

### ¿Cómo cepillarse bien dientes y encías con aparato?

Los restos de alimento se retienen alrededor de los aparatos y de los huecos que quedan entre aparato y diente y entre el aparato y la encía. Por ello debe utilizarse un cepillo pequeño y estrecho utilizando la punta de éste para introducirla en estos espacios, también cepillando muy bien la zona de diente y encía que queda por encima de los brackets.



### El tiempo mínimo del cepillado.

Según la habilidad de cada uno es de 3 a 5 minutos. Un dato muy importante a conocer es que **si la encía sangra con el cepillado es porque existe una inflamación** de la misma. Esto indica que el cepillado NO ES CORRECTO y es preciso insistir en el cepillado de la encía hasta que deje de sangrar, lo cual ocurre en dos o tres días si se hace correctamente. No es necesario cepillarse con mucha fuerza, porque se puede lesionar la encía, el cepillado debe ser suave, que basta para eliminar los restos de alimentos y bajar la inflamación de la encía. Si se aprecia una zona amarillenta alrededor del aparato, que NO se elimina con el cepillado suave, es que se ha formado ya lo que se conoce como "Sarro", debido a un cepillado deficiente y ello sólo puede ser eliminado ya por el profesional al que deben acudir en breve plazo.

