

Antes y después de tu tratamiento dental



Antes y después de tu tratamiento dental

Cuidar tus dientes es importante para tu salud, comodidad y confianza. Ya sea que te sometas a un procedimiento pequeño o a un tratamiento dental más complejo, saber qué esperar antes y después del tratamiento puede ayudarte a sentirte tranquilo y preparado.



Antes de tu tratamiento dental

Antes de la cita, tu dentista te explicará qué tratamiento necesitas y por qué. Esto puede incluir empastes, coronas, extracciones o procedimientos estéticos. Si tienes dudas sobre algo, haz preguntas. Es importante que entiendas lo que va a pasar.

Es posible que te den instrucciones específicas antes de tu visita. Estos podrían incluir:

- **Comer y beber:** Antes de la mayoría de los tratamientos, puedes comer con normalidad. Sin embargo, si te están sedando, puede que deban evitar la comida durante varias horas.
- **Medicamentos:** Informa a tu dentista sobre cualquier medicamento que tomes, incluyendo vitaminas o suplementos herbales. Algunos medicamentos pueden afectar el sangrado o la cicatrización.
- **Condiciones médicas:** Afecciones como la diabetes o problemas cardíacos pueden requerir atención especial durante el tratamiento.
- **Organizar el transporte:** Si te van a sedar, deberías organizar que alguien te lleve a casa sano y salvo.

Intenta llegar puntual y relajado. Cepillarse los dientes antes de la visita también es útil.

Durante tu tratamiento

Tu comodidad es muy importante. La mayoría de los tratamientos dentales se realizan con anestesia local, que adormece la zona para que no sientas dolor. *Puede que sientas presión o movimiento, pero esto es normal.*

Si te sientes nervioso, avisa a tu dentista. Pueden explicarte cada paso y ayudarte a sentirte más tranquilo. Algunas clínicas también ofrecen sedación para pacientes ansiosos.

Después de tu tratamiento dental

Lo que debes hacer después del tratamiento depende del procedimiento que hayas realizado. Sin embargo, existen algunas pautas generales que se aplican a la mayoría de los pacientes.



Entumecimiento

Después del tratamiento, tu boca puede permanecer entumecida durante unas horas. Ten cuidado de no morderte los labios, las mejillas ni la lengua. Evita la comida y bebida calientes hasta que vuelva la sensación.

Alimentación y bebida

Al principio ceñítate a alimentos blandos, como yogur, sopa o puré de verduras. Evita los alimentos muy calientes, fríos o duros hasta que tu boca se sienta cómoda.

Dolor o molestias

Es normal sentir una leve molestia tras el tratamiento. El analgésico de venta libre, como el ibuprofeno o el paracetamol, puede ayudar. Sigue siempre las instrucciones de la etiqueta o el consejo de tu dentista.

Sangrado

Un pequeño sangrado es normal, especialmente después de las extracciones. Muerde suavemente la gasa si hace falta. Si el sangrado continúa o se vuelve abundante, contacta con tu dentista.

Cuidar tu boca después del tratamiento

Un buen cuidado tras el tratamiento ayuda a la curación y previene problemas.

Cepillado: Sigue cepillándote los dientes, pero sé delicado con la zona tratada.

Uso del hilo dental: Normalmente puedes usar el hilo dental normalmente, salvo que tu dentista te aconseje lo contrario.

Enjuague bucal: Los enjuagues con agua tibia con agua salada pueden ayudar a mantener la zona limpia y reducir la inflamación.

Evita fumar y beber durante al menos 24 horas, ya que pueden ralentizar la curación.

Cuidados especiales tras tratamientos comunes

Empastes

Tu diente puede sentirse sensible al calor o al frío durante unos días. Esto debería mejorar rápidamente.

Coronas o puentes

Evita los alimentos pegajosos el primer día. Si tu mordida se siente irregular, contacta con tu dentista.

Extracciones

No enjuagues ni escupas con fuerza durante las primeras 24 horas. Esto ayuda a proteger el coágulo sanguíneo y favorece la curación.

Blanqueamiento dental

Tus dientes pueden estar sensibles durante un corto periodo de tiempo. Evita alimentos y bebidas de colores intensos, como el café o el vino tinto, durante unos días.



Cuándo contactar con tu dentista

Deberías contactar con tu dentista si experimentas:

- Dolor intenso o creciente
- Hinchazón que no mejora
- Signos de infección (como fiebre o secreción)
- Sangrado continuo
- Un empaste o una corona que se sienta suelta



Citas de seguimiento

Algunos tratamientos requieren una visita de seguimiento para comprobar la cicatrización o completar el procedimiento.

Asiste siempre a estas citas, aunque te encuentres bien.

Resumen

El tratamiento dental es un paso importante hacia una sonrisa saludable. Siguiendo los consejos de tu dentista antes y después de la visita, puedes reducir las molestias, curar más rápido y disfrutar de resultados duraderos.

Si alguna vez te sientes inseguro, no dudes en preguntar a tu equipo dental: están ahí para ayudarte en cada paso del camino.