

¿Cómo debo limpiar mis retenedores?

- RETENEDORES FIJOS

Limpiar los retenedores fijos es muy sencillo, porque se limpian durante el cepillado de dientes habitual.

No obstante, aconsejamos también el uso de hilo dental superfloss o cepillos interdetales finos, para eliminar la placa bacteriana y restos de comida que no elimina el cepillado. Éstos se deben pasar entre cada uno de los dientes donde está la retención por debajo del punto de contacto deslizándolos suavemente. Se recomienda realizar esto al menos una vez al día para evitar la aparición de sarro y la inflamación de las encías.



- RETENEDORES REMOVIBLES

Los retenedores removibles se deben limpiar cuidadosamente cada vez que se retiran, porque están expuestos continuamente a la saliva y el sarro.

Debemos limpiar las superficies de la férula con un cepillo de dientes, agua tibia y jabón. Nunca se deben lavar con agua caliente ya que puede alterar la estructura de las férulas al tratarse de un material termoplástico.

Una vez a la semana se recomienda emplear pastillas efervescentes específicas para este tipo de ortodoncia para mantener su higiene y su durabilidad.

Es muy importante **asistir a las revisiones post-tratamiento pautadas por tu ortodoncista** para comprobar que tanto las retenciones fijas como removibles están en perfectas condiciones.