

Guía de uso para alineadores dentales

Esta guía ofrece instrucciones detalladas para el cuidado y mantenimiento de tus alineadores dentales. Aprenderás sobre la manipulación adecuada, limpieza y uso del Tera Harz Care.

ALINEA

P-B

www.clinicaperezbeato.com

Manipulación del alineador

1 Evitar doblar

No dobles ni retuerzas excesivamente el alineador. Esto puede comprometer su forma y eficacia.

2 Manipulación cuidadosa

Maneja el alineador con suavidad para mantener su integridad estructural. Evita presiones innecesarias.

3 Almacenamiento adecuado

Guarda el alineador en su estuche cuando no lo uses. Evita dejarlo expuesto.



Preparación inicial del alineador

Antes del primer uso, sumerge el alineador en agua caliente a más de 80°C. Hazlo durante 5-10 segundos por cada paso del proceso.

Este proceso estabiliza la estructura molecular del alineador. Mejora su durabilidad y elimina posibles olores.



Limpieza diaria

1

Cepillado diario

Cepilla tus alineadores al menos una vez al día. Usa un cepillo suave y agua tibia.

2

Desinfección

Hierve los alineadores durante 1 minuto para desinfectarlos eficazmente. Hazlo regularmente para mantener la higiene.

3

Agua recomendada

Usa agua destilada o desmineralizada para la limpieza. Evita el agua del grifo si es posible.



Ajuste mejorado

Calentamiento suave

Calienta suavemente tus alineadores. Los hace más flexibles y cómodos de usar.

Mejor adaptación

El calentamiento mejora el ajuste de los alineadores. Se adaptan mejor a tus dientes.

Mayor eficacia

Un mejor ajuste aumenta la eficacia del tratamiento. Acelera el proceso de alineación dental.



Prevención de contaminación y decoloración

Los alineadores pueden contaminarse o cambiar de color con el tiempo. Sigue estas recomendaciones para evitarlo:

- Evita beber café, té o vino tinto con los alineadores puestos.
- Enjuaga los alineadores con agua fría después de cada comida.
- No fumes ni mastiques chicle con los alineadores puestos.
- Usa el Tera Harz Care regularmente para mantenerlos limpios.





Consejos adicionales



Uso diario

Usa tus alineadores al menos 22 horas al día. Retíralos solo para comer y limpiarlos.



Cambio regular

Cambia a un nuevo juego de alineadores según las indicaciones de tu ortodoncista.



Higiene bucal

Mantén una buena higiene bucal. Cepilla y usa hilo dental antes de colocar los alineadores.