



Cuidado de Prótesis Dentales

Aún si no tiene piezas dentales, es importante limpiar sus encías y sus prótesis dentales. El cuidado de su boca ayudará a que sus prótesis dentales ajusten de manera más comfortable, evitará úlceras e infecciones e incrementará el tiempo de vida de sus prótesis dentales.

Artículos que necesitará para cuidar su boca y sus prótesis dentales:

- Cepillo para prótesis dentales: Un cepillo de cerdas suaves específicamente hecho para prótesis dentales
- Limpiador para prótesis dentales: Un gel de pasta específicamente hecha para limpiar prótesis dentales o una tableta burbujeante que se agrega al agua
- Envase: Para humedecer las prótesis dentales para cuando no están dentro de su boca
- Paño suave para limpieza: Para limpiar sus encías y su paladar
- Toalla: Para proporcionar una superficie suave (cuando se extiende sobre el lavabo) en caso de que accidentalmente se caigan sus prótesis dentales mientras las limpia

Cómo Mantener Limpia su Boca

Limpie sus encías y su boca por lo menos una vez al día.

Utilice un paño suave y agua tibia para limpiar sus encías. Un buen momento para hacer esto es en la mañana antes de colocarse sus prótesis dentales o en las noches después de retirarse sus prótesis dentales. Enjuague su boca con agua tibia después de cada comida.

Recuerde cepillar sus piezas dentales naturales dos veces al día.

Si aún tiene algunas piezas dentales propias, limpie por la mañana y antes de acostarse con un cepillo dental suave y pasta dental con fluoruro.

Recuerde programar chequeos con su dentista.

Aunque ya no tenga ninguna pieza dental natural, un dentista puede verificar el ajuste de sus prótesis dentales y asegurarse de que su boca está sana.

Cómo Mantener Limpias sus Prótesis Dentales

Limpie sus prótesis dentales por lo menos una vez al día para eliminar alimentos y bacterias

Cómo limpiar sus prótesis dentales con limpiadores de pasta y gel

1. Coloque una toalla en el lavabo. Esto evitará que sus prótesis dentales se rompan si se le caen accidentalmente.

2. Enjuague sus prótesis dentales con agua a temperatura ambiente para eliminar cualquier alimento o residuo.
3. Humedezca su cepillo para prótesis dentales y coloque sobre él una pequeña cantidad de limpiador de prótesis dentales. Cepille suavemente todas las superficies.
4. Enjuague las prótesis dentales nuevamente antes de introducirlas en su boca.

Retire y enjuague sus prótesis dentales antes de irse a dormir

Cómo humedecer sus prótesis dentales durante la noche:

- Llene un envase con suficiente agua con temperatura ambiente para cubrir sus prótesis dentales.
- Coloque dentro del agua una tableta de limpiador y sus prótesis dentales. Deje que sus prótesis dentales se mantengan húmedas por lo menos durante seis horas cada noche. Esto da a sus encías un descanso.
- Por la mañana, coloque una toalla dentro del lavabo y cuidadosamente retire sus prótesis dentales del agua y colóquelas sobre la toalla. Cepíllelas con su cepillo para prótesis dentales para eliminar cualquier alimento y residuo y enjuáguelas a fondo.

Las Prótesis Dentales son Frágiles y Fácilmente Pueden Romperse

- **Nunca** limpie sus prótesis dentales utilizando agua hirviendo.
- **Nunca** utilice un cepillo dental o una pasta dental regulares sobre sus prótesis dentales.
- **Nunca** limpie sus prótesis dentales dentro de una máquina lavaplatos.
- **Nunca** trate de arreglar usted mismo una prótesis dental rota. Haga una cita con su dentista tan pronto como sea posible.

Si piensa que necesita atención dental, o siente dolor, debe buscar asistencia dental o médica inmediatamente.



Christina Gianfrancesco, BA (DDS Candidate) y Kavita P. Ahluwalia, DDS, MPH
(Associate Professor of Clinical Dentistry) Columbia University,
College of Dental Medicine