

MINISTERIO DE SALUD



**Unidad de Promoción de la Salud
Unidad de Comunicación y
Educación para la Salud**



RECOMENDACIONES PARA EL USO Y CUIDADO DE LAS DENTADURAS POSTIZAS

ALGUNAS RECOMENDACIONES PARA EL USO Y CUIDADO DE LAS ENCÍAS SON:



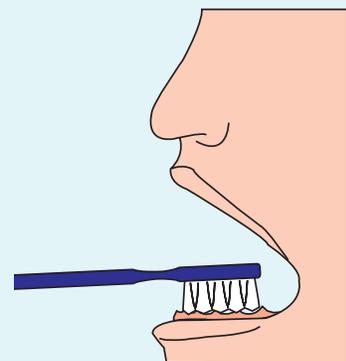
* Las dentaduras postizas **NO** deben quitarse por las noches durante los primeros quince días para acostumbrarse a ellas.

* Después de los primeros quince días las dentaduras deben permanecer fuera de la boca de 8 a 10 horas diarias, preferiblemente durante las noches, para que los tejidos blandos que las soportan puedan recuperar su tonicidad.



* Es conveniente leer en voz alta todos los días, por lo menos durante media hora, para habituarse a su uso y hablar correctamente.

* Es necesario hacer masaje en los bordes de las encías, con un cepillo suave o con el dedo, con el fin de ejercitar los tejidos de la boca y mejorar la circulación.





La proporción de sal que debe usarse es de una cucharada por litro de agua y debe hervirse todo junto antes de usarse.

* Si se presentara irritación en la boca, son recomendables los enjuagues de agua tibia con sal, tres veces al día.

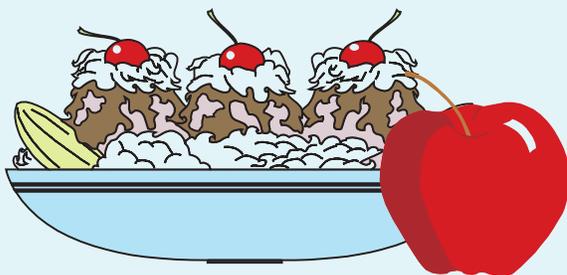
Aunque no existan irritaciones, los enjuagues siempre son necesarios por lo menos una vez al día.

La proporción de sal que

* Hay que limpiar muy bien las dentaduras postizas bajo el chorro de agua, preferiblemente con un cepillo especial. Se debe lavar tanto por la parte de afuera como por dentro con agua y jabón. Se recomienda lavarlas en el fondo del lavatorio para evitar que se rompan si llegan a caer.



* Cuando se trate de comer alimentos duros, lo mejor es masticarlos en pedazos pequeños, para evitar que las dentaduras postizas se aflojen o caigan. Después



de un tiempo, el uso enseñará el tamaño adecuado de los trocitos de alimento que se pueden masticar.

- * Visitar al dentista por lo menos cada seis meses, pues a veces es necesario ajustar las dentaduras, dado que, los tejidos duros y blandos sobre los que están colocadas tienen cambios constantemente.
- * Si se presenta engrosamiento en las encías, piso de la boca o en el paladar, irritación constante, inflamación o dolor es necesario que se consulte al dentista.



RECUERDE:

Una boca sana le ayuda a sonreír con confianza, hablar bien y masticar mejor los alimentos.