

## RECOMENDACIONES EN EL TRATAMIENTO DEL BLANQUEAMIENTO

El resultado del blanqueamiento dental depende de cada paciente por lo que es importante, junto con nuestros profesionales, determinar sus expectativas de blanqueamiento y los resultados que se puedan llegar a obtener.

Aunque los resultados del blanqueamiento dependen de las características de individuales de cada persona, así como de del tiempo y la frecuencia con que se blanquean los dientes, en la mayoría de los tratamientos de blanqueamiento dental los resultados se notan en unos días.

Con el blanqueamiento dental se puede lograr una sonrisa blanca, sin embargo la rapidez con que se consiga depende del grado de oscurecimiento de los dientes, de cuando se inicia el tratamiento y de las condiciones genéticas individuales. En los casos en que queremos blanquear dientes con tonos muy oscuros, puede ser necesario hacer el blanqueamiento durante más tiempo y varias veces para conseguir el mismo resultado.

Normalmente con el blanqueamiento dental se obtienen buenos resultados en casi todos los dientes excepto en aquellos con tinciones por tetraciclinas, aunque es difícil realizar un pronóstico sobre el color final del diente después del blanqueamiento.

### Consideraciones durante el blanqueamiento dental:

- Durante el blanqueamiento dental y en la fase inmediata al acabar el blanqueamiento, los dientes son ligeramente más susceptibles de captar pigmentos externos.
- No consumir alimentos ni bebidas con colores oscuros durante las primeras horas después de hacerse una sesión de blanqueamiento con férulas, por ejemplo : **Té, café, cola, curry, arándanos, salsa de soja, remolacha, espinacas, vino tinto, enjuagues con colutorios a base de clorhexidina...** Se puede beber café e ingerir alimentos de color fuerte durante el tiempo del tratamiento, pero se obtienen resultados más rápidos y mejores si se evitan bebidas y alimentos con colorantes fuertes. También es aconsejable evitar alimentos y bebidas con colorantes fuertes hasta 2 días después de finalizar el tratamiento.
- No fumar durante las primeras 24 horas.
- Evitar alimentos o bebidas heladas o ácidas porque pueden provocar una mayor sensibilidad (piña, kiwi, cítricos).
- Antes de colocarse las férulas de blanqueamiento dental deben cepillarse adecuadamente los dientes, como se le ha indicado en nuestra clínica dental, y lleve la cubeta a la boca. Mantenga la cubeta o férula de blanqueamiento en la boca durante el tiempo indicado.

- Si se le agota el gel y aún desea seguir blanqueando los dientes, puede solicitar una jeringa de reposición.
- Es importante saber que la duración del blanqueamiento domiciliario con férulas es muy variable al depender de las expectativas del paciente y de la concentración del producto que se emplea en la fase domiciliaria. Habitualmente son necesarias unas tres semanas.

### **Instrucciones prácticas del blanqueamiento dental en casa**

#### Instrucciones recomendadas:

- Si tiene sensibilidad dental puede usar un desensibilizante sobre la cara externa de los dientes en la férula media hora antes de aplicar el gel blanqueador.
- Usar el agente blanqueador únicamente sobre la cara externa o visible de los dientes en la férula durante el tiempo indicado.
- Si nota sensibilidad repita el procedimiento con el desensibilizante y continúe con el tratamiento blanqueante.
- Si persiste la sensibilidad detenga el tratamiento por uno o dos días.
- Transcurrida la primera semana haremos en clínica una valoración del color y le entregaremos la siguiente jeringa blanqueante y así hasta completar las tres semanas.
- Para más rápidos y mejores resultados evitar en lo posible alimentos pigmentantes o ácidos y el consumo de tabaco al menos durante 15 días.