

Instrucciones de manejo, cuidado y mantenimiento de prótesis removibles

Descripción

La **prótesis dental (o estomatológica) removible** es un *tratamiento* para reponer dientes ausentes y las estructuras óseas que se van atrofiando a lo largo del tiempo tras la pérdida de los dientes naturales, mediante aparatos bucales portadores de dientes artificiales, que se pueden y deben extraer de la boca para facilitar la limpieza de ésta y de aquéllos. Mejoran la masticación, la estética y el habla.

Estos aparatos de prótesis removible se sujetan a algunos dientes naturales mediante dispositivos no rígidos, llamados *retenedores* (vulgarmente, «ganchos»), y a veces también descansan sobre el hueso cubierto de mucosa. Por estas razones, al morder sobre ellos se nota un pequeño «ballesteo», y la masticación no es tan eficaz como con los dientes naturales.

Limitaciones

Con el tiempo, los dientes naturales remanentes en la boca se desplazan o cambian de posición, sobre todo los que resultan recargados o empujados por los aparatos de prótesis, y, además, el hueso sobre el que éstos se apoyan también cambia de forma, con lo que dichos aparatos se desadaptarán y podrán producir algunas molestias o ulceraciones que requieren la adecuación por el dentista, y la sustitución, al cabo de un tiempo variable, por otras nuevas. Además, los elementos metálicos (y también los plásticos) de los aparatos de prótesis removible pueden experimentar fracturas con el uso, debido a lo que se llama *fatiga elástica* (algo parecido a lo que ocurre con un alambre cuando se dobla para un lado y otro repetidas veces); tales fracturas requieren una reparación inmediata, para evitar problemas sobreañadidos causados por las estructuras rotas.

Instrucciones de manejo, cuidado y mantenimiento

Adaptación y acostumbramiento

Las prótesis removibles no son meros instrumentos mecánicos, sino que transmiten fuerzas a los dientes, a las encías y al hueso, por lo que requieren un especial cuidado de adaptación, cuya duración varía según las personas y las prótesis (normalmente, varias semanas). Al final, seguramente no tendrá consciencia de llevar prótesis, pero es necesario que tenga paciencia y que, durante este periodo de acostumbramiento, acuda al dentista a realizar las adaptaciones y correcciones que sean necesarias.

Al principio:

- Notará una sensación extraña, de ocupación, que irá desapareciendo paulatinamente.
- Producirá más saliva de lo normal, pero también se normalizará poco a poco.
- Inicialmente experimentará una disminución del sentido del gusto, que se recuperará al cabo de unas pocas semanas.
- Puede tener algunas dificultades en la pronunciación, debido al espacio que ocupa la prótesis. Para corregirlas más rápidamente, es aconsejable entrenarse a leer o hablar frente a un espejo, siempre en voz alta.
- Es probable que se muerda fácilmente en las mejillas y la lengua, por su tendencia a introducirse en los espacios donde faltan dientes, pero en poco tiempo aprenderá a evitarlo.
- A veces se percibe opresión o dolor en dientes y encías (sobre todo al morder o cerrar la boca), que suelen desaparecer en poco tiempo, a medida que «encallecen» las mucosas y los dientes naturales remanentes se adaptan a las fuerzas que reciben.

Recomendaciones

- Los primeros días, procure cerrar la boca y masticar con cuidado, para no morderse y no sobrecargar las encías y dientes doloridos.

- Por la misma razón, conviene que inicialmente mastique suavemente alimentos blandos y no pegajosos, pasando poco a poco a comer productos de mayor consistencia..
- Para tratar las heridas de las mordeduras (generalmente, muy dolorosas), puede utilizar colutorios, pomadas o geles calmantes y cicatrizantes, sobre los que su dentista le aconsejará.
- Si tiene dolor intenso al morder, o aparecen heridas, acuda inmediatamente a la consulta del dentista, para que le realice los alivios pertinentes en sus prótesis y le prescriba, en su caso, colutorios, pomadas o geles calmantes y cicatrizantes.

Colocación y desinserción

La colocación y desinserción de las prótesis removibles es una cuestión de costumbre, que se aprende rápidamente, aunque al principio puede requerir un poco de paciencia, hasta aprender en qué dirección deben hacerse los movimientos de empuje y tracción:

- Para su colocación, debe utilizar siempre los dedos. Situará las zonas con ganchos sobre los dientes que sirven de sujeción, y seguidamente presionará con los dedos, hasta que alcance el lugar correcto, momento en que suele notarse un “click”. No fuerce nunca la prótesis, ni muerda sobre ella para llevarla a su lugar, porque se hace tanta fuerza que pueden deteriorarse algunos elementos del aparato o dañar las mucosas.
- Para quitarse las prótesis, traccionará *de ambos lados a la vez* (¡nunca de un solo lado!), trabando las uñas de los dedos índices de ambas manos en los ganchos o en los bordes de la prótesis (ponga especial cuidado en no arañar las encías).

Cuidados e higiene

- Después de cada comida debe lavar las prótesis y la boca.
- Las prótesis se deben limpiar, al menos una vez al día, con un cepillo especial para prótesis (de venta en farmacias) o un cepillo de uñas con cerdas de nailon, y un poco de pasta dentífrica o, mejor, jabón, para evitar la formación de sarro y el depósito de tinciones. Después, aclárelas muy bien con agua.
- Es *especialmente importante la limpieza de las partes metálicas, sobre todo las que contactan con los dientes* (cara interna o cóncava de los ganchos). Para ello, pueden frotarse con un bastoncillo empapado en alcohol, hasta que la superficie quede brillante. Si quedan mate o deslustradas, es que están cargadas de *placa bacteriana*, que puede producir caries y desgastes, debido a los ácidos que dicha placa produce. Sin embargo, si están libres de placa, es decir, brillantes, no producen ni lo uno ni lo otro.
- Conviene quitar las prótesis para dormir, para que los tejidos descansen diariamente unas horas de la presión a que pudieran verse sometidos.
- Para evitar golpes y deformaciones mientras están fuera de la boca, conviene conservar las prótesis en agua, a la que puede añadir pastillas desinfectantes comercializadas para ese menester.
- Recuerde que es conveniente usar la seda dental para limpiar entre los dientes, y enjuagarse la boca con colutorios fluorurados, al objeto de prevenir la aparición de caries, sobre todo entre los dientes, donde el cepillo no limpia bien.
- Es aconsejable que dé masajes en las encías, para mejorar su riego sanguíneo y prevenir en lo posible su reabsorción.

Revisiones e incidencias

- Siempre que aparezcan ulceraciones, dolor o inestabilidad de la prótesis, deberá acudir de inmediato a la consulta del dentista.*
- Si surge algún problema, o en cualquier caso en que crea que se haya

producido un hecho anormal, no intente resolverlo Vd. mismo: Acuda a su dentista.

Se debe realizar una revisión cada seis meses para observar el estado de los dientes y mucosas, detectar desgastes en los dientes y realizar las adaptaciones apropiadas para corregir los desajustes provocados por el cambio de forma de los maxilares y de la posición de los dientes, que siempre ocurren con el paso del tiempo.

No deje adaptar sus prótesis a nadie más que a su dentista. En tanto facultativo que las ha prescrito, es el único que puede hacerlo.