

INSTRUCCIONES DE MANEJO, CUIDADO Y MANTENIMIENTO DE SOBREDENTADURAS

DESCRIPCIÓN

Una *sobredentadura* es un *tratamiento* para reponer dientes ausentes mediante aparatos bucales portadores de dientes artificiales que cubren a unos elementos fijos, anclados a restos radiculares o a dientes (o a implantes, en cuyo caso constituye una prótesis implantorretenida), en los que se sitúan los elementos de retención.

Permite la recuperación de la masticación, el habla y la estética de manera parecida a la prótesis completa, aunque dan mayor confianza y seguridad gracias a su mejor retención.

LIMITACIONES

La sobredentadura no es adecuada para triturar alimentos muy duros.

Con el tiempo, el hueso sobre el que se apoyan los aparatos de prótesis cambia de forma (como la cara y el cuerpo), con lo que se aflojarán y podrán producir molestias o ulceraciones que requieren la adaptación por el dentista, y la sustitución, al cabo de un tiempo variable, por otras nuevas.

Además, la parte fija que asienta sobre raíces es muy delicada, requiriendo una higiene muy cuidadosa y periódicas visitas de revisión y mantenimiento en el dentista. Además, en ocasiones se puede producir estallido en las raíces o fracasos irrecuperables de las endodoncias, que obligan a su extracción.

INSTRUCCIONES DE MANEJO Y MANTENIMIENTO

Para conseguir un buen funcionamiento, deberá seguir detenidamente las siguientes *Instrucciones de Manejo y Mantenimiento*, que le facilitarán el empleo de los elementos protéticos de su tratamiento e incrementarán su duración en condiciones apropiadas.

Adaptación y acostumbramiento

Al principio:

- Notará una sensación de ocupación o cuerpo extraño en la boca, que habitualmente desaparece en unas semanas.
- 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.
- Le cambiará un poco el habla, pudiendo existir problemas fonéticos para pronunciar ciertos sonidos, por lo que probablemente deberá aprender, mediante entrenamiento, a vocalizar ciertas palabras, si bien el problema normalmente desaparece en unas semanas.

- Es probable que se muerda fácilmente en las mejillas y la lengua, pero en poco tiempo aprenderá a evitarlo.
- Puede notar algunas molestias en las zonas donde se apoyan las prótesis, y a la altura de los bordes), que suelen desaparecer en poco tiempo, a medida que «encallecen» las mucosas.

Recomendaciones

- 1 Los primeros días, procure cerrar la boca y masticar con cuidado, para no morderse y no sobrecargar las encías.
- 2 Por la misma razón, conviene que inicialmente mastique suavemente alimentos blandos y no pegajosos, pasando poco a poco a comer productos de mayor consistencia.
- 3 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.
- 4 *¡ATENCIÓN! Si tiene dolor intenso al morder, o aparecen heridas, acuda inmediatamente a la consulta, para que le realicemos los alivios pertinentes en sus prótesis y le rescribamos, en su caso, colutorios, pomadas o geles calmantes y cicatrizantes, que por si solos no bastan.*
- 5 No utilice adhesivos en este tipo de prótesis.
- 6 Evite, al manipularlas, que sus prótesis se caigan al suelo, pues pueden fracturarse, sobre todo si es inferior.

7 Colocación y desinserción

- Para su colocación, debe utilizar siempre los dedos. La situará en la situación apropiada, 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 (sobre todo, los ataches, que son muy delicados) o dañar las mucosas.
- Para quitarse las prótesis, debe traccionar *de ambos lados a la vez* (¡nunca de un solo lado!), trabando las uñas de los dedos índices de ambas manos en los bordes plásticos de la prótesis (ponga especial cuidado en no arañar las encías). **Cuidados e higiene**
- La higiene de la boca y de la prótesis debe hacerse después de cada comida, y especialmente en profundidad, antes de acostarse, porque durante el sueño se produce menos saliva, con lo que disminuye el efecto protector de ésta frente a la caries y la enfermedad periodontal.
- La limpieza del elemento fijo se hará: □ Mediante un cepillado horizontal con cepillo de cerda suave, alrededor de los dientes, y de las raíces y elementos de sujeción cementados a las mismas. □ Si hay barras, es conveniente utilizar cinta o seda dental (especialmente una seda con extremo duro, de venta en farmacias, como el *Superfloss*²³₁₁) entre ellas y la encía.

- La parte removible se debe limpiar fuera de la boca, al menos una vez al día en profundidad. En todo caso, aunque no pueda limpiarla después de cada comida, debe, por lo menos, quitarla para aclararla y enjuagar la boca.
- Para la limpieza del aparato removible, se usará 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, se deben aclarar muy bien con agua.
- Conviene quitar las prótesis para dormir, para que los tejidos descansen diariamente unas horas de la presión a que pudieran verse sometidos.
- Mientras duerme, se deben conservar las prótesis en un medio húmedo, preferiblemente, en un vaso de agua, a la que puede añadir pastillas desinfectantes comercializadas para ese fin.

Revisiones e incidencias

- Las encías, con el tiempo, sufren modificaciones y con ello se producen desajustes en las prótesis que deberán ser corregidas por el dentista. Entre las correcciones adaptativas que deberá realizar cada cierto tiempo (variable, según el caso), se encuentran los *rebases*, que consisten en rellenar con resina (plástico).
- Las zonas de las prótesis que han perdido contacto con las mucosas, deben ser readaptadas, para mejorar la adhesión. Por ello *conviene realizar revisiones rutinarias en el dentista cada seis meses*.
- *¡ATENCIÓN! Siempre que aparezca una molestia en las encías, o en sus dientes, debe acudir a consulta, aunque el principio, como estas molestias son normales, puede esperar cuatro o cinco días. Si transcurrido este tiempo no hubieran desaparecido, o si empeoraran con el paso de los días, debe acudir al dentista. También deberá acudir a la consulta siempre que detecte cualquier anomalía, y especialmente si le sangran las encías al cepillarse, o se le aflojan los mecanismos de sujeción.*
- Igualmente, si surge algún problema, no intente resolverlo Vd. mismo: Acuda a la consulta.
- 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.