

RECOMENDACIONES

Durante la realización de un protocolo de blanqueamiento

- 1. Durante el tratamiento** de blanqueamiento dental será tu dentista quien te aconseje el tratamiento más adecuado para la sensibilidad dental que pueda aparecer. Hay estudios que indican que el uso de **pastas de dientes con nitrato potásico** durante dos semanas puede reducir la sensibilidad asociada a estos procedimientos.
- 2.** Durante las **48 horas siguientes** al inicio del tratamiento **evita alimentos o bebidas con colorantes** que puedan teñir los dientes, como: café, té, vino tinto, salsas de soja, ketchup o mostaza, colorante, especias, chocolate, etc.
- 3.** Evita la ingesta de alimentos o productos **cítricos, ácidos, refrescos, vinagres**, que puedan desgastar el esmalte dental y producir más sensibilidad.
- 4.** Las bebidas muy frías o muy calientes también aumentarán la sensibilidad dental durante el blanqueamiento.
- 5. Evita fumar** durante las primeras 48 horas después del tratamiento.
- 6.** Cepilla tus dientes con un **cepillo de cerdas suaves** como *Sensodyne Repair & Protect*.
- 7.** Si el blanqueamiento lo estás haciendo en casa, con uso de férulas removibles, sigue las indicaciones de tu dentista y usa *Corega Ortodoncias* y *Férulas* para limpiarlas.
- 8.** Si habitualmente presentas sensibilidad dental, **una vez terminado el tratamiento** se recomienda el uso de *Sensodyne*.

Notas

