

**DENTURE CARE INSTRUCTIONS**  
Columbia University School of Dental and Oral Surgery  
Division of Prosthetics  
Robert F. Wright, D.D.S.  
Adam J. Freeman, D.D.S.

**Sensaciones iniciales**

Cuando usted empieza a usar dentaduras postizas, al principio pueden sentirse sueltas. Pueden ladearse cuando mastica, permitiendo que la comida o los líquidos pasen debajo de ellas hasta que haya aprendido a mantenerlas en su lugar, con los músculos de sus mejillas y lengua.

No importa cuán delgadas sean las prótesis, Vd. las sentirá voluminosas. Ellas pueden hacer que sienta poco espacio para la lengua o pueden causar una sensación de amordazado ligero. Hasta que el reborde de la encía que sirve de apoyo a las dentaduras postizas se adapte, su boca puede sentirse lastimada o irritada. Su flujo de saliva también puede aumentar temporalmente.

Después de unas semanas, cuando sus tejidos orales se adapten a las prótesis, estos problemas deben disminuir. Si usted continúa experimentando irritación o dolor excesivo en cualquier área, debe ver a su dentista.

**Apariencia**

Cuando usted cambia las dentaduras postizas o las usa por primera vez, su expresión facial puede parecer diferente. Una expresión facial más normal volverá cuando los músculos de sus mejillas y labios se adapten a las prótesis. Éstas también pueden mejorar su apariencia cambiando la forma de su cara, y reduciendo los pliegues faciales.

**Comer**

Cuando usted está aprendiendo a usar sus prótesis, es mejor comer comidas suaves. Corte la comida en pedazos pequeños y mastique despacio en ambos lados de la boca con sus muelas posteriores, tratando de impedir que las prótesis se ladeen.

Después de unos días, cuando se sienta más cómodo con ellas, pruebe comidas más rudas y más duras hasta que usted pueda comer una dieta más normal. **¡Aprender a masticar con dentaduras postizas precisa práctica!**

**Hablar**

A veces, usar dentaduras postizas puede representar una diferencia en la manera que usted pronuncia ciertas palabras. La práctica de la lectura en alta voz ayuda a superar cualquier dificultad del discurso. Si los dientes de las prótesis chocan y suenan cuando usted habla, hable más despacio.

Al principio, usted puede encontrar que sus prótesis se sueltan cuando usted se ríe, o tose, o incluso con la sonrisa. Para reubicarlas, cierre suavemente sus dientes y trague.

**Cuándo llevar sus dentaduras postizas**

Siga el consejo de su dentista en cuánto al tiempo que usted debe llevar sus dentaduras postizas. Después que se haya adaptado usted debe siempre quitárselas por la noche antes de dormir, y volver a colocarlas por la mañana. Esto le da una oportunidad a su boca para descansar y ayuda a mantener la salud oral.

**Cuidando su boca**

Incluso con dentaduras postizas, usted todavía necesita cuidar de su boca. Cada día antes de ponérselas, cepille sus encías, lengua y paladar con un cepillo suave, para quitar la placa bacteriana y estimular la circulación.

Visite a su dentista regularmente (aun cuando ya usted no tenga ningún diente natural) para un examen oral completo.

Además de verificar sus prótesis, el dentista puede buscar señales de cáncer oral, y examinar su reborde alveolar, lengua, paladar y articulación temporo-mandibular (ATM).

**Cuidando sus dentaduras postizas**

Para una boca saludable y una respiración fresca, limpie diariamente la placa bacteriana y la comida depositada en sus prótesis. Esto también ayuda al mantenimiento de las mismas y evita que se manchen permanentemente.

¡Sus dentaduras postizas deben manejarse cuidadosamente! Dejándolas caer (incluso a unas pulgadas del lavamanos) se puede romper la base de la dentadura o un diente. Cuando las limpie o se las coloque, hágalo sobre una toalla o un recipiente mediado de agua. Y siempre déjelas fuera del alcance de niños y animales domésticos.

Antes de cepillarlas, enjuáguelas bien para quitar cualquier partícula suelta. Luego, aplique su pasta dental favorita a un cepillo humedecido y limpie todas las superficies. Cepille completamente pero cuidadosamente. Fregando demasiado fuerte se pueden dañar las partes plásticas o ganchos de metal.

Algunas personas prefieren usar jabón de tocador, un detergente líquido suave o bicarbonato de sosa. No deben usarse limpiadores de la casa o algunas pastas dentífricas porque son demasiado abrasivos. **¡Nunca use blanqueador en sus dentaduras postizas!**

Si sus prótesis se secan, pueden cambiar su forma. Cuando usted las retire por la noche, póngalas en un estuche para dentaduras o un vaso, con solución limpiadora o agua. **Nunca ponga las dentaduras postizas en agua caliente, pueden deformarse.**

Si la base de la prótesis, cruje o astilla, o si un diente se suelta. Llámenos inmediatamente. Nosotros normalmente podemos repararla, pero siempre intente traer todos los pedazos rotos.

**El éxito de la dentadura postiza a largo plazo**

Aunque las prótesis (si las cuidó apropiadamente) mantendrán su forma, su boca continuará cambiando. El hueso y los rebordes de la encía que soportan las prótesis pueden retroceder o pueden reabsorberse. Si ocurre la reabsorción del reborde, las dentaduras postizas empezarán a sentirse sueltas y menos estables, y su habilidad para masticar puede disminuir.

El uso prolongado de dentaduras desajustadas puede irritar las encías, lengua y mejillas y puede causar la reabsorción de los rebordes de la boca hasta el punto que será casi imposible ajustar prótesis normales en ellos.

¡Su éxito en el uso de las prótesis depende de usted! Con una actitud positiva, persistencia y reconocimientos médicos regulares, usted puede volverse uno de los millones de las personas que llevan las dentaduras postizas con éxito.

Modificado con el permiso de un folleto escrito por *The federation of prosthodontics*