

Mi Guía Dental

Recomendaciones después del tratamiento periodontal

◆ Cuidados inmediatos (primeras 24 horas)

- Evita fumar y beber alcohol.
- No tomes alimentos ni bebidas **muy calientes o picantes**.
- Mientras dure el efecto de la anestesia, **no comas** para evitar morderte la lengua, el labio o la mejilla.
- Es normal notar un **ligero sangrado o molestias** las primeras horas.

◆ Higiene oral

- Los primeros días, cepilla los dientes con **movimientos suaves y un cepillo que no sea duro**.
- Si te han dado un **colutorio de clorhexidina**:
 - Realiza un enjuague **esa misma noche** y otro **la noche siguiente**.
La duración puede variar según el tipo de tratamiento y tu caso clínico
 - Mantenlo al menos **1min 30s** en boca.
 - **No diluir ni enjuagarse después**.
 - Mejor justo **antes de irse a dormir**.
 - Si en la misma cita se ha realizado alguna extracción, **empieza los enjuagues a partir de la noche siguiente**.
- Si en tu caso te han entregado una **pasta de clorhexidina**, aplícala **durante 2 - 3 días** según las indicaciones recibidas y, **pasado ese tiempo, deséchala**.

⚠ **Importante:** no prolongues el uso de **clorhexidina** (pasta o colutorio) más allá de los días indicados por tu profesional.

Mi Guía Dental

Recomendaciones después del tratamiento periodontal

Sensibilidad dental

- Es **normal notar sensibilidad** en los dientes después del tratamiento periodontal.
- Esta sensibilidad es **reversible** y puede durar **varias semanas**, mejorando de forma progresiva.
- Evita alimentos o bebidas **muy frías, dulces o ácidas**, ya que pueden aumentar la molestia temporalmente.
- Si la sensibilidad no mejora o se intensifica, coméntalo en tu próxima cita de revisión.

Alimentación

- Durante los primeros días, **toma alimentos blandos y templados** (purés, sopas, yogures, pescado o pasta suave).
- Evita alimentos duros o pegajosos que puedan irritar la encía (frutos secos, pan tostado, chicles, etc.).

Control y seguimiento

- Mantén tus **citas de control** para revisar la evolución y realizar las limpiezas de mantenimiento necesarias.