



SMILELINE CLINIC, S.L.
CLÍNICA ESPECIALIZADA EN ORTODONCIA

DRA. MARTA SERRA SERRAT
PL. ADRIÀ, 6 08021 BARCELONA TEL. 93 200 20 92
www.orto.org smileline@orto.org

INFORMACIÓN PARA EL PACIENTE

NOMBRE:

Fecha de la cirugía:/...../.....

INDICACIONES PARA DESPUÉS DE LA CIRUGÍA:

DIETA

- 2 semanas antes de la cirugía
- 2 semanas después de la cirugía: EVITAR alcohol, cafeína, azúcares, nicotina y lácteos o derivados.
Dieta muy rica en vitamina C: Tomates, naranjas, Kiwis, etc.
Beber 1'5 L de H₂O al día
- Primer semana: Dieta blanda: cremas, purés, sopas, papillas, etc.
- Segundo semana: Dieta consistente: verduras chafadas, tortillas, croquetas, bikinis, etc.

TRATA. TÉRMICO

- Colocar hielo en la zona inflamada durante 5- 10 minutos cada 4 horas mientras exista inflamación.
- Dormir con la cabeza alzada, al menos con un par de almohadas.

FÁRMACOS

- Seguir con rigor la pauta y prescripción de analgésicos y antiinflamatorios que indique el cirujano maxilofacial.

HIGIENE BUCAL

- Mantener la boca y dientes libres de restos de alimentos y placa bacteriana.
La cirugía requiere de máxima higiene bucal.
- Después de cada cepillado enjuagar con un colutorio que contenga Clorhexidina durante 2 semanas.

ELÁSTICOS

- Utilizar los elásticos todo el día durante el primer mes de la forma indicada por el cirujano o por el ortodoncista.

EJERCICIOS

- A partir de la primera semana después de la cirugía realizar los ejercicios indicados a continuación:
A) abrir y cerrar la boca sin producir dolor de forma voluntaria y sin esfuerzo
B) realizar pequeños movimientos mandibulares hacia los lados y hacia adelante sin producir dolor
C) si no existen molestias, continuar los ejercicios durante 2 semanas más hasta las 4 semanas
D) en caso de que existan molestias consultar al ortodoncista, Tel. **93 200 20 92** o en el móvil: 607 555 443.

BAJO NINGÚN CONCEPTO

- 1-3 días después de la cirugía **NO** debe tomar baños de H₂O caliente
- 2-3 semanas después de la cirugía **NO** debe sonarse la nariz
- Hasta el 3 mes **NO** puede realizar la actividad de natación
- A las 2-3 semanas cuando regrese al colegio o trabajo **NO** hacer ejercicio físico o deportes de contacto hasta superadas 4-6 semanas-
- 6-8 semanas después de la cirugía **NO** tomar el sol.



SMILELINE CLINIC, S.L.
CLÍNICA ESPECIALIZADA EN ORTODONCIA

DRA. MARTA SERRA SERRAT
PL. ADRIÀ, 6 08021 BARCELONA TEL. 93 200 20 92
www.orto.org smileline@orto.org