



LISTA de “NO-NO”

Favor de tener cuidado para proteger los frenos, alambres y aparatos ortodónticos cuando esté comiendo. Si sigue a nuestras instrucciones y deja de masticar cosas duras o pegajosas, y si no come las comidas en la lista de “No-No” abajo, se le dará la oportunidad mejor terminar con el tratamiento a tiempo, con resultados excelentes. Recuérdese de que cada freno quebrado puede añadir seis (6) semanas o más al tiempo de tratamiento. Frenos y aparatos quebrados también pueden resultar en cargos extras.

Hielo – Este es uno de las cosas mas dañosos que uno puede masticar con los frenos. Destruirá los frenos y doblara los alambres.

Nueces– Cualquier tipo de nueces, no se debe comer. Van a quebrar a los frenos cada vez que se come.

Galletas Saladas y Galletas de Papas Duras (Doritos, Tostitos, Fritos, Takis, etc.) – Estos van a doblar los alambres y desprenderán los soportes de los dientes. Azucres en las galletas queden en los frenos también, y aumentan el riesgo de los caris o cicatrices blancas.

Palomitos de Maíz – Las canchas se alojan entre la encía y los frenos, causando las encías a hinchar y doler.

Panecillos Duros, Cortezas de Pizza y Rosquillas – Tal como las galletas de papas, estos van a doblar los alambres y desprender a los soportes.

Frutas y Verduras Crudas (Zanahorias, Manzanas, Apios, etc.) – No esperamos que completamente deje de comer estas comidas, solamente necesite cortarlas en pedazos pequeños y morderlas con las dientes posteriores.

Elotes de Maíz – Cornhuskers no pueden evitar el elote! Solamente hay que separar el maíz del elote.

Carne Seca/Slim Jims– Estos son duros como clavos. Si se comen, van a quebrar los frenos y doblar los alambres.

Dulces Duros (Chupador, Sweet Tarts, Jolly Ranchers, Now & Later, Gobstoppers, Barra de Dulce Congelado, etc.) – Nadie puede comer dulce duro sin morder o masticar. Morder un dulce duro quebrara los frenos y doblara los alambres. Los azucres en los dulces también aumenten el riesgo do formar caris dental y cicatrices blancos en los dientes.

Dulces Pegajosos (Caramelo, Taffy, Chicle, Ositos de Goma, Rollo Dulce de Frutas, etc.)– Comidas pegajosas, y con mucha azúcar pueden aflojar los alambres y se alojan alrededor de los frenos. Son difíciles despegar y limpiar de los frenos, y también aumenten el riesgo de formar caris dental y cicatrices blancos en los dientes

Plumas y Lápices, Tapas de Botellas, Juguetes, etc.– Estos son los objetos comunes que las personas muerden que siempre están quebrando los frenos y doblando los alambres.