

Cuidados *pós cirúrgicos*

Cuidados pós-operatórios essenciais

- Compressa gelada nas primeiras 24 horas para reduzir inchaço.
- Evite esforço físico no dia do procedimento.
- Não cuspir, não fazer bochechos fortes e evitar canudo nas primeiras 24 horas.
- Alimentação fria ou morna, com textura macia.
- Higiene suave, mantendo a área limpa sem traumatizar o local.
- Não fumar e não consumir álcool na fase inicial de cicatrização.
- Use as medicações conforme orientação profissional.
- Durma com a cabeça mais elevada na primeira noite.
- Se houver sangramento leve, faça compressão com gaze por 20 minutos.
- Sinais de alerta: dor intensa, sangramento contínuo, mau cheiro forte ou febre — entre em contato com a clínica.

Data recomendada para o pós Operatório

____/____/____

Cuidados *Prótese*

Higienize todos os dias com escova macia e sabão neutro — não use pasta de dente, pois pode riscar a prótese.

- Retire e lave após as refeições, removendo resíduos que podem causar mau cheiro e inflamação.
- Deixe a prótese imersa em solução própria pelo menos 1 vez ao dia (pastilhas efervescentes específicas).
- Não dormir com a prótese, a menos que seja orientado pela dentista.
- Evite quedas — elas podem trincar ou desadaptar a prótese.
- Se estiver machucando, não lixe, não ajuste em casa. Procure a clínica para um ajuste seguro.
- Retornos periódicos garantem melhor adaptação, conforto e saúde da mucosa.
- Com alimentação: comece com alimentos mais macios e muita paciência no período de adaptação, que pode levar mais de um mês

Data recomendada para retorno:

___/___/___

Cuidados

Facetas em Resina

Cuidados com facetas

Escova macia e fio dental diariamente.

Evitar pastas abrasivas.

Reduzir alimentos muito pigmentados.

Não morder coisas duras.

Nada de roer unhas ou usar dentes como ferramenta.

Revisões e limpeza periódicas com o dentista.

Manutenção a cada 5 meses para evitar eventuais problemas.

Placa noturna se ho uver bruxismo.

Data recomendada para retorno:

___/___/___

Cuidados

Pós Clareamento

Cuidados pós-clareamento dental

- Evite alimentos e bebidas com pigmento por 48 horas: café, vinho tinto, chá preto, refrigerante, molho vermelho, beterraba, chocolate, açafrão, açaí.
- Prefira a “dieta branca”: arroz, frango, batata, água, leite, iogurte, queijo, clara de ovo, tapioca.
- Não fumar nesse período, pois o cigarro mancha imediatamente.
- Sensibilidade é o e inflamação.
- Deixe a prótese imersa em solução própria pelo menos 1 vez ao dia (pastilhas efervescentes específicas).
- Não dormir com a prótese, a menos que seja orientado pela

Data recomendada para retorno:

___/___/___