



## TU PAPEL EN EL PROCESO

El éxito del tratamiento depende del trabajo conjunto entre el ortodoncista y el paciente.

Sigue las indicaciones, mantén una buena higiene oral.

Asiste puntualmente a tus citas y continúa visitando a tu dentista general durante todo el proceso.

Así, ayudarás a que tu tratamiento sea más eficiente y duradero.

**TUS RETENEDORES**  
tu sonrisa segura



SOCIEDAD  
ECUATORIANA  
DE ORTODONCIA  
Y ORTOPEDIA

@ortodonciaecuador

www.seoo.ec

## **RETENEDORES**

Tu sonrisa alineada  
depende de ti



## POR QUÉ ES ESENCIAL USAR TU RETENEDOR

El hueso y los tejidos que rodean los dientes siguen cambiando con el tiempo, por lo que es normal que haya pequeños movimientos. Usar el retenedor según las indicaciones de tu ortodoncista es la mejor manera de preservar tu sonrisa y evitar que los dientes cambien de posición.

## CÓMO CUIDAR TU RETENEDOR

- Límpialo todos los días. Tu ortodoncista te mostrará la forma correcta según el tipo de retenedor que tengas (removible o fijo).
- Si no puedes cepillarlo después de comer, enjuaga tu boca con agua hasta poder hacerlo adecuadamente.
- Visita a tu odontólogo cada seis meses para tu limpieza dental profesional.
- Si tu retenedor se pierde, rompe o no ajusta bien, contacta a tu ortodoncista inmediatamente.

## TIPOS DE RETENEDORES

Existen retenedores removibles (que puedes sacar para limpiar o dormir) y fijos (que permanecen adheridos detrás de los dientes).

Tu ortodoncista elegirá el tipo más adecuado para ti, ya sea para el arco superior, inferior o ambos.

## ¿POR CUÁNTO TIEMPO DEBO USARLO?

No hay un límite exacto.

Muchos pacientes usan sus retenedores todas las noches durante muchos años, incluso de por vida, para mantener su sonrisa estable.

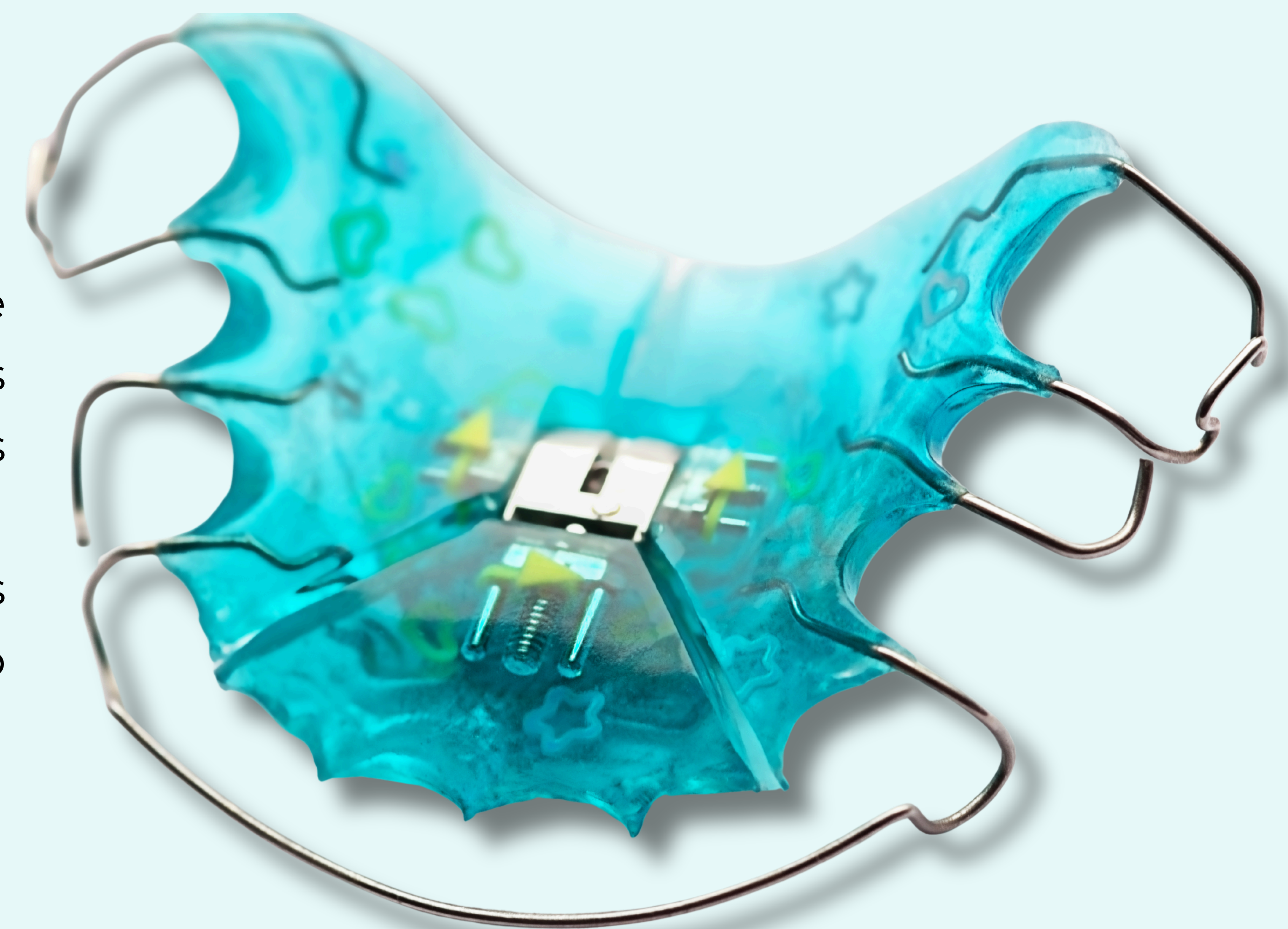
Recuerda:

Si no está en tu boca, debe estar en su estuche.

Así evitarás que se pierda, se dañe o que tu mascota lo confunda con un juguete.

## ¿SABÍAS QUE ....?

Los ortodoncistas estudian varios años adicionales después de graduarse de odontología para especializarse en el movimiento dental y la corrección de mordidas. Solo quienes completan esta formación pueden llamarse ortodoncistas y ser miembros de la Sociedad Ecuatoriana de Ortodoncia (SEOO).



## CUÁNDO COMUNICARTE CON TU ORTODONCISTA

- Si notas cambios no deseados en tu sonrisa o mordida.
- Si el retenedor está flojo, roto o incómodo.
- Si crees que necesitas un “ajuste” ortodóncico para volver a alinear pequeños movimientos.

## NOTA IMPORTANTE

Después de terminar tu tratamiento de ortodoncia, comienza una etapa muy importante: mantener los resultados.

El retenedor es el aparato que ayuda a que tus dientes se mantengan en la posición correcta después de retirar los brackets o alineadores.

Recuerda: solo funciona si lo usas.