

Cirugía oral

Instrucciones detalladas de cuidado posterior

Siga primero las instrucciones específicas de su dentista tratante.

Las primeras 24 horas

- Mantenga la gasa en su lugar, mordiendo suave pero firmemente, por 30–60 minutos o como se le indicó; cámbiela por gasa nueva si el sangrado continúa.
- No se enjuague, no escupa con fuerza, no use pajilla ni fume/vapee durante las primeras 24 horas; esto protege el coágulo de sangre que inicia la curación.
- Descanse en casa. Evite agacharse, levantar peso y hacer ejercicio.
- Mantenga la cabeza un poco elevada al acostarse; use una almohada extra.

Sangrado

- Un poco de sangrado y saliva rosada el primer día son normales.
- Si el sangrado continúa, coloque una gasa nueva doblada sobre la zona y muerda firmemente por 30 minutos.
- No duerma con gasa en la boca.
- Llámenos si el sangrado sigue abundante o no disminuye después de varios intentos.
- Una bolsita de té negro húmeda presionada firmemente sobre la zona por 30 minutos puede ayudar a detener el sangrado.

Hinchazón y moretones

- La hinchazón es normal y por lo general alcanza su punto máximo el día 2 o 3, y luego mejora.
- Aplique hielo en la mejilla: 15–20 minutos sí y 15–20 minutos no, durante las primeras 24–36 horas.
- Después de 36 horas, cambie a compresas tibias en la mejilla para aliviar la rigidez.
- Un leve moretón en la mejilla o la mandíbula es normal y desaparece en una o dos semanas.
- Cierta rigidez de la mandíbula es normal; abra y cierre suavemente según lo tolere.

Dolor y medicamentos

- Tome el analgésico como se le indicó; no espere a que el dolor sea intenso.
- Tome los medicamentos con alimentos para reducir las náuseas.
- No maneje ni opere maquinaria si el medicamento le causa sueño.
- No tome alcohol mientras toma analgésicos.
- Si le recetaron antibióticos, termine todo el tratamiento, aunque se sienta mejor.
- Use cualquier enjuague recetado exactamente como se le indicó.
- Si toma otros medicamentos diarios, pregúntele a su dentista o farmacéutico si debe continuarlos.

- Infórmenos sobre cualquier alergia, especialmente a analgésicos o antibióticos.

Comer y beber

- Comience con líquidos fríos y alimentos blandos: agua, yogur, compota de manzana, puré de papas, sopa tibia (no caliente).
- Mastique del lado contrario de la boca; no mastique sobre la zona tratada.
- Agregue alimentos más firmes poco a poco, según lo tolere.
- Evite alimentos calientes, picantes, ácidos, crujientes, duros o pegajosos durante los primeros días.
- No use pajilla por al menos 24–48 horas (o más tiempo si su dentista lo indica).
- Tome mucha agua.
- No fume ni vapee: retrasa la curación y aumenta el riesgo de alveolitis seca (dry socket) e infección.

Higiene bucal

- No cepille, no se enjuague ni toque la zona operada durante las primeras 24 horas.
- Después de 24 horas, enjuáguese suavemente con agua tibia con sal ($\frac{1}{2}$ cucharadita de sal en un vaso de agua tibia) después de las comidas, o use un enjuague recetado como se le indicó.
- Cepille los demás dientes suavemente; evite la zona operada hasta que su dentista le indique limpiarla.
- No use enjuague bucal con alcohol ni irrigador dental cerca de la zona, a menos que su dentista se lo indique.
- Mantenga la zona limpia: la comida atrapada en el alveolo puede retrasar la curación.

Alveolitis seca (dry socket)

- La alveolitis seca ocurre cuando el coágulo de sangre se pierde demasiado pronto. Causa un dolor profundo y palpitante 3–5 días después de la cirugía, a veces con mal aliento o mal sabor.
- Para reducir el riesgo: no use pajilla, no fume ni vapee, y no escupa ni se enjuague con fuerza durante los primeros días.
- Si el dolor empeora después de los primeros días, llámenos: la alveolitis seca tiene tratamiento.

Puntos

- Los puntos pueden disolverse solos en 1–2 semanas, o su dentista puede retirarlos en su cita de seguimiento.
- No jale, toque ni corte los puntos.
- Un punto que se siente flojo a menudo es normal mientras la zona sana.

Qué esperar

- Leve dolor, hinchazón y dificultad para abrir la boca son normales durante los primeros días.

- El alveolo se llena poco a poco en las siguientes semanas. Puede quedar una pequeña hendidura en la encía por un tiempo.
- Un leve sangrado, sabor metálico o ligero olor en los primeros uno o dos días puede ser normal.

Seguimiento

- Asista a su cita de seguimiento, aunque se sienta bien.
- Llámenos antes si el dolor empeora después de mejorar, si la hinchazón aumenta después del día 3, o si tiene fiebre.

Llame de inmediato o busque atención de emergencia si tiene:

- Sangrado que no se detiene.
- Dificultad para respirar o tragar.
- Hinchazón grave, fiebre o dolor intenso que no se alivia con medicamentos.
- Señales de reacción alérgica: sarpullido, picazón o hinchazón de los labios o la lengua.
- Pus, mal sabor que sigue empeorando, o hinchazón que se extiende a la cara o el cuello.

En caso de emergencia que ponga en peligro su vida, llame al 911.

Preguntas o seguimiento

Consultorio: 718-584-9777

SOLO MENSAJES DE TEXTO: 516-855-8033

Para seguimiento después de un procedimiento reciente.

3201 Grand Concourse Apt 2K, Bronx, NY 10468

Esta hoja es orientación general y no reemplaza las instrucciones de su dentista.