

## INSTRUCCIONES DE MANEJO, CUIDADO Y MANTENIMIENTO DE PLACAS O FÉRULAS DE DESCARGA O DESPROGRAMACIÓN

Para .....

### DESCRIPCIÓN

*Una placa (o férula) de descarga oclusal o de desprogramación* es un dispositivo de tratamiento confeccionado a medida que debe ser meticulosamente adaptado permanentemente por el dentista para diagnosticar y combatir la compleja patología causada por, o acompañante de, los hábitos de apretamiento y/o rechinar de los dientes, así como de las sobrecargas neuromusculares que provocan dichos hábitos.

Consiste en un aparato plástico bucal que se instala en una de las arcadas dentarias para evitar que entren en contacto unos dientes con otros, con lo que se permite:

- «olvidar» las posiciones mandibulares inadecuadas a que fuerza el engranaje incorrecto de los dientes de ambas arcadas cuando se mantienen apretadas (de ahí la calificación de *desprogramación* que se les da),
- llevar la mandíbula a una posición articularmente adecuada cuando se muerde sobre ella, gracias a la especial orientación de las superficies de la placa en la que se apoyan los dientes al cerrar la boca, y
- evitar el desgaste de los dientes, ya que el plástico de la placa es más blando y desgastable que éstos.

También se puede utilizar como diagnóstico *ex juvantibus* de disfunción articular cráneo-mandibular (también llamada síndrome de Costen, algo-mio-facial, algo-mio-fascial o dolor-disfunción témporo-mandibular), es decir, como medio de averiguación si una sintomatología compatible con la citada patología es causada o no por la boca.

### LIMITACIONES

Este tratamiento no evita «per se» el hábito de apretar o rechinar los dientes, ni asegura la eliminación de la tensión muscular o de las molestias derivadas de la disfunción articular cráneo-mandibular, aunque la utilización adecuada, por lo menos, aliviará los posibles dolores musculares y protegerá sus dientes.

### INSTRUCCIONES DE MANEJO, CUIDADO Y MANTENIMIENTO

Al ser un tratamiento complejo, resulta muy importante su colaboración hasta su completa adaptación, que va a requerir un cierto tiempo.

Para conseguir un buen funcionamiento, deberá conseguir detenidamente las siguientes Instrucciones de Manejo, Cuidado y Mantenimiento, que le facilitarán el empleo de este sistema de protección de sus sistemas dentario y neuromuscular.

#### Adaptación y acostumbramiento

Al principio:

- Notará una sensación de ocupación o cuerpo extraño, que normalmente desaparece en unas semanas.
- Le aumentará la producción de saliva, aunque se irá normalizando poco a poco.
- Tendrá algunas dificultades para hablar, debido a la ocupación de espacio en su boca, por lo que probablemente necesitará un entrenamiento para aprender a vocalizar ciertas palabras; que habitualmente se consigue en unas pocas semanas.
- *Puede notar algunas molestias en las zonas donde se apoyan la férula, sobre todo a la altura de los bordes: si aumentan o no ceden al cabo de cuatro o cinco días, y si se le forman heridas, pídanos consulta inmediatamente.*

#### Recomendaciones de higiene

Su placa o férula debe ser conservada limpia, al igual que sus dientes. Cepíllela después de su uso con cepillo y jabón o pasta de dientes. No hacerlo puede provocar que adquiera mal olor y mal sabor.

Al menos cada semana, debe sumergirla en agua a la que haya añadido una pastilla efervescente limpiadora de prótesis dentales durante 1 o 2 horas. Antes de volver a ponérsela, límpiela bien con cepillo y pasta dentífrica.

#### Colocación y desinserción

La placa de descarga debe colocarse en su sitio con los dedos y siempre mojada.

Nunca la introduzca y muerda sobre ella sin estar debidamente colocada en su sitio, porque puede fracturarla o provocarse heridas en las encías.

Tras retirarla, tirando a la vez de ambos lados y también con los dedos, lávela y deposítela en un medio húmedo.

#### Revisiones e incidencias

La férula necesitará periódicamente ajustes y reparaciones. Acuda a revisión con la periodicidad que le recomendamos en cada consulta, y en ningún caso deje pasar más de 6 meses sin que se la revisemos.

Si no la ha utilizado su placa durante unos días y al volver a ponérsela nota que le hace daño, no fuerce su introducción: llámenos a la clínica y pida cita, ya que se puede haber producido algún movimiento dentario que haría necesaria alguna corrección.

*¡ATENCIÓN!: Siempre que aparezca una molestia en las encías o en los dientes, debe comunicárnoslo a la consulta y pedir cita, aunque al principio, como estas molestias son normales, si no son importantes puede esperar*

cuatro o cinco días. Pero si una vez transcurrido este tiempo no hubieran desaparecido, o si empeoraran con el paso de los días, *debe advertirnoslo y pedir cita inmediatamente.*

Si surge algún problema, no intente resolverlo Ud. mismo: Pídanos cita.

No deje adaptar su férula a nadie más que a su dentista, ya que el facultativo que las ha prescrito y adaptado, es el único que puede hacerlo.

**Instrucciones particulares:**

**Gijón, a ..... de ..... de 200 ...**