

Guía Invisalign Cuidado y Uso de tus Alineadores

DR. CRISTIAN MARTÍNEZ



¡Comienza tu tratamiento Invisalign!

Hoy comenzamos una nueva etapa para transformar tu sonrisa. A partir de ahora, tus alineadores serán parte de tu rutina diaria y tu constancia será fundamental para avanzar según lo planificado.

El tratamiento con Invisalign funciona mediante una secuencia de alineadores diseñados para mover tus dientes progresivamente. Para obtener los mejores resultados, es importante utilizarlos correctamente, mantenerlos limpios y seguir las indicaciones entregadas durante tus controles.

En esta guía encontrarás recomendaciones prácticas para cuidar tus alineadores, mantener una buena higiene bucal y saber qué hacer en las situaciones más comunes durante tu tratamiento.

Mi objetivo es acompañarte durante todo este proceso para que tu tratamiento sea cómodo, predecible y podamos avanzar juntos hacia la sonrisa que hemos planificado.



DR. CRISTIAN MARTÍNEZ

Ortodoncia • Vía Aérea • Neurodesarrollo

Investigador de Neurociencias Infantil

Uso de los alineadores

¿Cómo usarlos correctamente?

Tus alineadores están diseñados para realizar movimientos dentales de forma progresiva. Para que cada etapa del tratamiento avance según lo planificado, es fundamental utilizarlos de manera constante y seguir la secuencia indicada. Recomendaciones importantes de uso

- ✓ Usa tus alineadores entre 20 y 22 horas al día, o según la indicación entregada por tu ortodoncista.
- ✓ Retíralos para comer y beber, excepto para beber agua.
- ✓ Vuelve a colocarlos después de cada comida, una vez que hayas realizado tu higiene bucal.
- ✓ Cambia al siguiente juego de alineadores únicamente en la fecha indicada. No adelantes ni retrases el cambio sin consultarnos.
- ✓ Guarda siempre tus alineadores en su estuche cuando no los estés utilizando. Evita envolverlos en servilletas o dejarlos sueltos.

Los primeros días

Al comenzar a utilizar un nuevo alineador puedes sentir presión o una ligera molestia. Esto puede ocurrir mientras tus dientes se adaptan al nuevo movimiento.

También puedes notar pequeños cambios al hablar durante los primeros días. Con el uso constante, la adaptación suele ser rápida.



Recuerda

la constancia es una de las partes más importantes de tu tratamiento.

¿Por qué es importante cuidar tus alineadores?

Tus alineadores permanecen en contacto con tus dientes durante muchas horas al día. Por eso, mantenerlos limpios es fundamental tanto para conservar su transparencia como para cuidar tu salud bucal durante el tratamiento.

- ✓ Ayuda a evitar la acumulación de placa y bacterias.
- ✓ Reduce la aparición de manchas y malos olores.
- ✓ Mantiene los alineadores transparentes y en buenas condiciones.
- ✓ Contribuye a mantener dientes y encías saludables durante el tratamiento.

Mis recomendaciones de limpieza

Existen diferentes formas de mantener tus alineadores limpios. A continuación, te explico las que recomiendo en mi práctica clínica, desde lo más básico hasta lo más completo:



Agua tibia y jabón líquido suave

Enjuaga tus alineadores con agua fría o tibia y límpialos suavemente utilizando un cepillo de cerdas suaves y unas gotas de jabón líquido neutro o sin fragancia. Enjuágalos muy bien antes de volver a colocarlos.



Tabletas limpiadoras Corega

Una o dos veces por semana, te recomiendo usar tabletas efervescentes especialmente formuladas para aparatos dentales removibles, como las **Tabletas Corega Pro Ortodoncia**. Solo disuelve una tableta en agua tibia, sumerge el alineador durante el tiempo indicado y enjuaga bien. Son una excelente opción para una limpieza más profunda y sin esfuerzo.

Disponible en el siguiente enlace [Tabletas Corega Pro Ortodoncia](#)



Limpiador Ultrasónico con Luz UVC

En mi experiencia clínica, la forma más eficaz de mantener los alineadores limpios, libres de bacterias y en perfecto estado es utilizando un limpiador ultrasónico con luz UVC.

Vibración ultrasónica a 45kHz: elimina suciedad invisible y llega a zonas donde el cepillado no alcanza.

Luz UV integrada: elimina hasta el 99,99% de bacterias, previene manchas y malos olores.

Sistema de un botón con 4 modos:

- 1 pulsación: limpieza rápida (5 min)
- 2 pulsaciones: limpieza profunda (10 min)
- 3 pulsaciones: solo ultrasonido
- 4 pulsaciones: solo luz UV

Depósito de 200 ml · Apagado automático al abrir la tapa · Funcionamiento silencioso (45 dB).

Resultados visibles desde el primer uso: mejora la transparencia y mantiene los alineadores como nueva.

Disponible en el siguiente enlace: [Limpiador Ultrasónico con Luz UVC](#)

Qué debes evitar

Tan importante como saber cómo limpiar tus alineadores es saber qué puede dañarlos:

- ✗ **Agua caliente:** puede deformar el material y alterar el ajuste de tus alineadores. Utiliza siempre agua fría o tibia.
- ✗ **Pasta de dientes:** algunas fórmulas pueden ser abrasivas y rayar el material, haciendo que pierda transparencia.
- ✗ **Productos agresivos o con alcohol:** evita utilizar productos que no estén indicados para la limpieza de alineadores.
- ✗ **Comer con los alineadores puestos:** retíralos antes de comer.
- ✗ **Bebidas con los alineadores puestos:** retíralos para consumir bebidas distintas al agua.

Durante tu tratamiento, ¡No olvides tus controles!

Tus controles forman parte esencial del tratamiento Invisalign. En cada visita podremos evaluar cómo están respondiendo tus dientes y comprobar que los alineadores estén realizando los movimientos planificados.

En tus controles revisaremos:

Te recomiendo que vengas a control post-ortodoncia al menos cada 4 meses. En cada visita revisaré:

- ✓ El progreso de tus movimientos dentales.
- ✓ El ajuste de tus alineadores.
- ✓ Tu higiene y salud bucal.
- ✓ Si el tratamiento está avanzando según la planificación.
- ✓ Cuándo debes continuar con los siguientes alineadores.

¿Qué pasa si pierdo o rompo un alineador?

No cambies de alineador por tu cuenta. Contáctanos para indicarte qué hacer según la etapa de tu tratamiento. Dependiendo del caso, podremos recomendarte continuar con el alineador anterior, avanzar al siguiente o solicitar un reemplazo.



Recuerda

Trae tus alineadores a tus controles cuando te lo indiquemos y no dudes en contactarnos si notas que alguno no ajusta correctamente.

Tu sonrisa comienza a cambiar...y te acompañaremos en cada etapa



Comenzar Invisalign significa incorporar algunos nuevos hábitos a tu rutina, pero no tienes que hacerlo solo.

Estamos contigo durante todo el proceso para ayudarte a utilizar correctamente tus alineadores y resolver cualquier duda que pueda surgir durante el tratamiento.

Si sientes molestias fuera de lo habitual, pierdes un alineador, notas que no ajusta correctamente o tienes cualquier duda, contacta a mi asistente antes de realizar cambios por tu cuenta.

La constancia y tus controles son fundamentales para que avancemos según lo planificado.

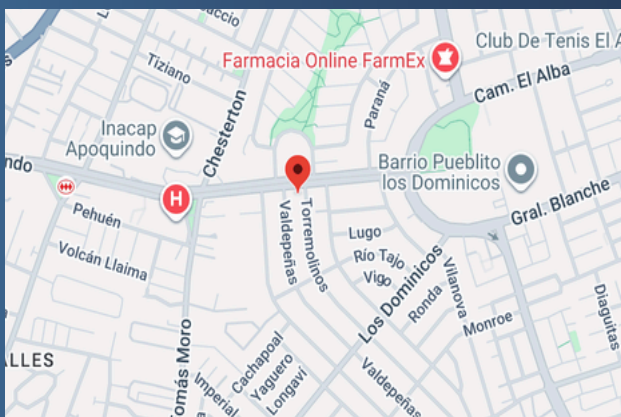
Tu sonrisa y tu salud son nuestra prioridad.

Whatsapp: +56 9 7985 9013

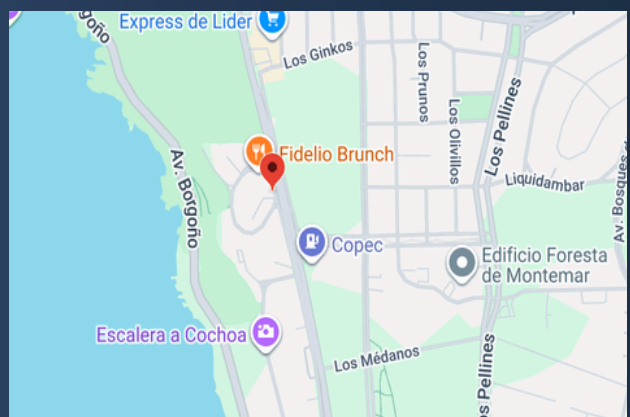
Mail: contacto@dr cristianmartinez.cl

Sucursales

Av. Apoquindo 7935, Oficina 310 torre B,
Las Condes, Región Metropolitana



Reñaca Nte. 25, Oficina 1005, Viña del Mar,
Valparaíso



Horario: Lunes a viernes, de 10:00 a 19:00 horas.

Teléfono: +569 7985 9013

www.dr cristianmartinez.cl

¡Sígueme para más contenido!

