

## Indicaciones después del blanqueamiento

- Evite fumar por 48 horas después de su blanqueamiento.
- Evite alimentos o bebidas que manchen los dientes (salsa roja, salsa de soya, carne roja, chocolate, mora, jugo de frutas, café, refrescos de cola, té, vino tinto, cualquier fruta, con excepción de los plátanos).
- Evite cualquier bebida o alimento que mancharía una camisa blanca.
- Evite usar pasta dental con colorantes (azul o rojo) y enjuague bucal durante 24 horas.
- Puede consumir pollo simple, pescado, pasta simple y salsas o cremas blancas, cereales, leche y Sprite como bebida gaseosa.
- Puede existir leve sensibilidad a los líquidos fríos o calientes. Esto normalmente mejora en tres o cuatro días. Si la sensibilidad persiste le recomendamos tomar el siguiente medicamento: Actrón Tablet (Ibuprofeno 400 mg) una tableta cada ocho horas por tres días (corroborar no ser alérgico a los medicamentos).
- Si experimenta sensibilidad en las encías, evite cepillar el área afectada al cepillar sus dientes.
- Los resultados inmediatos de blanqueamiento pueden ser bastante dramáticos debido a la deshidratación leve de sus dientes. Es normal que el color se suavice un poco después del tratamiento cuando sus dientes se rehidratan a un tono blanco natural.
- Los resultados a largo plazo varían de paciente a paciente. Esto depende del color original de sus dientes, y de sus hábitos personales tales como fumar o consumir bebidas con colorantes (vino tinto, café, té, etc.).
- Si actualmente tiene restauraciones, coronas, puentes, etc., estos no se blanquearán. Puede que estos necesiten cambiarse a fin de que su sonrisa tenga un color uniforme.

## Post Teeth whitening Indications

- Do not smoke for 48 hours.
- Avoid beverages that stain (fruit juice, coffee, tea, red wine, coloured soft or alcoholic drinks).
- Avoid staining foods (red sauce, blueberries, bolognese, soy sauce, red meat, chocolate and all fruits except bananas).
- Avoid any foods or drinks that would leave a stain on a white shirt.
- Food and drinks that may be consumed are as follows:  
Plain chicken, fish & chips, potatoes, plain pasta and white sauces, cereals, Milk, 7up and white wine, once it is clear or white.
- Avoid coloured toothpaste (red or blue) or Mouthwash for 24 hours.
- Sensitivity to hot or cold liquids may occur. This usually passes within 3 – 4 days. If sensitivity persists, we recommend taking over the counter pain medication. We suggest Actrón (Ibuprofen 400 mg) one tablet each eight hours during three days (ensure you are not allergic to the medication).
- If you experience gum sensitivity do not brush the afflicted area while brushing your teeth.
- Immediate whitening results can be quite dramatic due to minor dehydration of your teeth. It is normal for the color to tone down somewhat after treatment when your teeth rehydrate to a natural white tone.
- Long term results vary from patient to patient. This can depend on the original shade of your teeth and include habits such as smoking or drinking colored beverages (red wine, coffee, tea, etc.).
- Existing fillings, crowns, bonding, etc. will not whiten. Therefore, these may need to be changed in order to match your new smile.