

## RECOMENDACIONES DE LAS FÉRULAS DE DESCARGA

### DESCRIPCIÓN

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

Consiste en un **aparato plástico bucal** de resina 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** 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 cierra la boca, gracias a la especial orientación de las superficies de la placa en la que se apoyan los dientes.
- **Evitar el desgaste de los dientes**, ya que la resina de la placa es más blanda y desgastable que éstos.

También se puede utilizar como diagnóstico de la disfunción articular cráneomandibular (también llamada síndrome de Costen), 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 cráneomandibular, 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 de un cierto tiempo.

#### Adaptación

Al principio puede que le lleve cierto tiempo acostumbrarse a su uso. Tenga paciencia porque este dispositivo debería usarlo (a no ser que le digamos lo contrario) durante mucho tiempo, a veces incluso de por vida.

- Notará una sensación de ocupación o cuerpo extraño, que normalmente desaparece en unas semanas. Si esto no ocurriese podemos reducir el tamaño de la férula para hacerla más pequeña y que ocupe menos espacio.
- 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.



### **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. Puede 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 un cepillo.

### **Colocación y desinserción**

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

Nunca la introduzca y muerda sobre ella sin estar debidamente colocada en su sitio, porque puede fracturarla.

Tras retirarla, tirando a la vez de ambos lados y también con los dedos, lávela y deposítela en una pequeña caja para no extraviarla.

### **Revisiones e incidencias**

La férula necesitará periódicamente ajustes y reparaciones. Acuda a revisión con la periodicidad que le recomendamos en cada consulta.

Si no ha utilizado su placa durante unos días y al volver a ponérsela nota presión en algún diente, puede ser debido a que se haya producido algún movimiento dentario. Si pasados unos días sigue notando esa presión pídanos cita. Seguramente necesite alguna corrección.