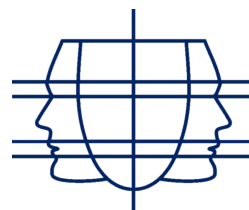


## Instruções de Uso para Placa Mio-Relaxante



A placa Mio-Relaxante é um dispositivo que não altera a posição dos dentes. Ela não é um “aparelho”. A sua função principal é relaxar os músculos que trabalham na mastigação. Estes músculos ficam comprometidos (inflamados) como consequência do stress emocional. O comprometimento destes músculos leva a alguns problemas como dor e/ou desconforto da articulação próxima ao ouvido, dores de cabeça podendo chegar ao pescoço e as costas. Alguns pacientes têm outros sintomas como, dor de ouvido, dor atrás do olho e tonteiras.

A placa também funciona como protetor para os pacientes que apertam ou rangem os dentes. Isso reduz o desgaste dos dentes, tanto da parte onde morde como na parte do dente próximo a gengiva. Por conta deste “trincamento” dos dentes, alguns pacientes desenvolvem sensibilidade exagerada ao frio e calor e isso melhora muito com o uso da placa.

Abaixo algumas recomendações e informações importantes para a melhor utilização deste dispositivo:

1. A placa não pode ter bácia, deve estar firme e os dentes tocarem nela simultaneamente. Se isso não estiver acontecendo adequadamente, nos comunique para ajustá-la.
2. Pode haver desconforto e dentes doloridos nos primeiros dias de uso da placa, isso é inerente à adaptação e estará resolvido em poucos dias.
3. Utilize a placa sempre para dormir. Não existe impedimento para utilizar a placa em outras horas do dia, principalmente nas de trabalho no computador. Outras indicações de utilizações podem ser recomendadas de acordo com cada caso.
4. A higiene da placa deve ser feita após a escovação dos dentes pela manhã. Escove a placa com escova de unha e pasta de dente ou com a própria escova de dente (nunca coloque a placa em água quente).
5. Traga a placa em todas as consultas que tiver conosco ou qualquer outro dentista, ela deve ser ajustada periodicamente e qualquer mudança que haja nos dentes deve ser adaptada à placa.