

SOUTHSIDE ORTHODONTIC CENTER

Por favor use sentido común y sea cuidadoso cuando esté comiendo con frenos:
Los frenos pueden despegarse con una presión fuerte al morder o por comer comidas pegajosas.

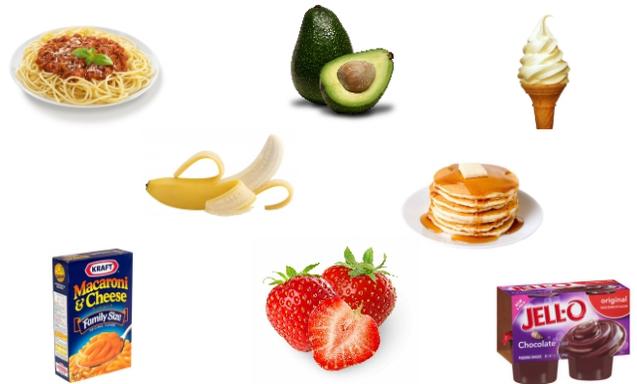
Evita

Duro, Masticable, Pegajoso



Disfruta

Pequeño, Blando



El pegamento que sostiene tus frenos no es suficientemente fuerte para resistir mordidas fuertes o comidas duras o pegajosas. Lista de comidas que debes evitar:

- ❖ No mastiques cubos de hielo u otros objetos duros como lápices o lapiceras.
- ❖ Goma de mascar está bien si no tiene azúcar y no es pegajosa. No bola de mascar o chicle de globos.
- ❖ Bebidas gasificadas de color oscuro.
- ❖ Vegetales crudos que no han sido cortados en pedazos pequeños: zanahorias, manzanas, etc.
- ❖ Meriendas duras y crocantes: Doritos, pretzels duros, corn-nuts, nachos.
- ❖ Caramelos duros o pegajosos: caramelos masticables, caramelos de leche, rompe-mandíbulas.
- ❖ Nueces con cascara dura: pistachos, maníes, semillas de girasol.
- ❖ Carne que no ha sido cortada en pedazos pequeños: pollo, bife, costillas, etc.
- ❖ Tacos y taquitos duros o crocantes.

✦ Si uno de tus frenos está flojo, por favor llama para planear una visita de emergencia para reparar tus frenos lo antes posible. ✦

(210) 922-3483