

LISTA DE alimentos

Para poder terminar su tratamiento de ortodoncia a tiempo y tener una buena experiencia porfavor evite comidas en esta lista, gracias.

- Chicle, incluyendo chicle sin azúcar.
- Dulces, caramelos, chocolates solidos. Dulces pegajosos/plegostiosos.
- Palomitas de maiz, cualquier tipo de nuez/semillas.
- Doritos, Fritos, tostadas, tacos/taquitos.
- Pan duro, la orilla de la pizza.
- Cerales naturales con granola o nuez. Elote en su mazorca.
- Todo tipo de carne con hueso, por ejemplo: pollo, puerco, bistec etc.
- No bebidas burbujeantes (soda).
- No vejetales crudos, frutas duras o con semillas.
- No hielo, o helados con nuez.
- No se ponga objetos en la boca como lapizes o plumas.
- No se muerda las uñas.

Recuerde que esta es una lista de ejemplos solamente hay mucho mas que evitar. Porfavor sea muy cuidadoso al masticar sus comidas. Si tiene preguntas porfavor llame a nuestra oficina.

