



ORAL HEALTH KANSAS
ADVOCACY • PUBLIC AWARENESS • EDUCATION

SERIE DE CONSEJOS Y TRUCOS

Cómo Prepararse Para Una Visita Dental Exitosa

Planear un poco antes de su visita dental puede ayudarle a sentirse más preparado y hacer que la visita sea más fácil.

Antes de su Visita:

- Complete los formularios que le envíe el consultorio dental.
- Tenga lista su tarjeta de seguro y una lista de sus medicamentos.
- Planee cómo llegará a la cita y quién cuidará a sus hijos, si es necesario.
- Piense en las preguntas o preocupaciones que quiera comentar.

Piense en lo que le Ayuda:

Piense en lo que podría hacer su visita más fácil:

- ¿Qué le ayuda a sentirse tranquilo y cómodo?
- ¿Le molestan ciertos sonidos, luces, sabores, posiciones u otras partes de la atención dental?
- ¿Necesita descansos, más tiempo u otro tipo de apoyo?

Cuando sea posible, informe al consultorio dental antes de su visita.

El Día de su Visita:

- Cepíllese los dientes y use hilo dental como de costumbre.
- Use ropa cómoda.
- Lleve cosas que le ayuden a sentirse cómodo, como audífonos o lentes de sol.
- Lleve todo lo que le haya pedido el consultorio dental.
- Llegue 10 a 15 minutos antes.

El Día de su Visita:

Diga lo que necesita. Dígale al equipo dental si tiene preguntas, se siente incómodo o necesita un descanso.



Próximos pasos:

Use Mi Pasaporte de Cuidado Dental para decirle al equipo dental lo que quiere que sepan antes de su visita.

¿Necesita más ayuda para prepararse?

Consulte el Consejo Práctico Consejos para visitas dentales para adultos con discapacidades para conocer más formas de prepararse y practicar.