

GUÍA DEL PACIENTE: CUIDADOS ANTES Y DESPUÉS DEL TRATAMIENTO DE BRUXISMO CON NEUROMODULADORES

En Kuzmar Clinic cuidamos cada detalle para que tu experiencia sea segura, eficaz y con resultados que realmente transformen tu bienestar. El tratamiento del bruxismo con neuromoduladores no solo mejora la tensión mandibular, sino que te permite recuperar descanso, relajación y calidad de vida.

Para optimizar los resultados y minimizar molestias, hemos preparado esta guía adaptada específicamente al tratamiento del **músculo masetero y/o temporal**.

Cuidados Pre-Tratamiento: Preparando Tu Piel Para La Regeneración

Una correcta preparación reduce el riesgo de efectos secundarios y garantiza que la toxina botulínica actúe de manera predecible en los músculos implicados en el bruxismo^{1,2}.

- **Evita medicamentos que aumenten el riesgo de hematoma.** Durante 5–7 días previos evita:
 - Aspirina, ibuprofeno, naproxeno
 - Anticoagulantes (si los tomas por prescripción, consúltalo antes con el médico)
 - Suplementos como vitamina E, omega-3, ginkgo biloba o ajo concentrado
- Estos productos pueden favorecer hematomas en la zona mandibular tras la infiltración.
- **Reduce o elimina el alcohol 24–48 horas antes.** El alcohol aumenta la vasodilatación y favorece inflamación y moretones¹.
- **Acude con la piel limpia y sin maquillaje.** Especialmente en la zona de mandíbula y mejillas, para reducir el riesgo de infección.
- **Acude sin maquillaje.** El día del tratamiento, presenta la piel limpia, seca y libre de productos cosméticos, para minimizar el riesgo de infección.
- **Informa tu historial clínico.**

Coméntanos si presentas:

- Problemas mandibulares severos
- Tratamientos dentales en curso
- Síntomas articulares (ATM)
- Bruxismo severo nocturno
- Tensión cervical o migrañas asociadas

Toda esta información nos permite individualizar tu dosis y estrategia terapéutica.

- **Evita tratamientos de calor en mandíbula 24–48h antes.** Masajes profundos, radiofrecuencia, sauna o presoterapia facial pueden aumentar la vascularización de la zona.

Cuidados Post-Tratamiento: Acompañando La Regeneración

Estas recomendaciones ayudan a que el neuromodulador se asiente correctamente en los músculos maseteros y/o temporales, favoreciendo una relajación equilibrada y natural^{1,4}.

- **No masajes, frotos ni presiones la zona tratada por 24h.** Evita tocar en exceso la mandíbula para prevenir difusión indeseada del producto.
- **Mantén postura erguida 4 horas.** No te acuestes ni te inclines hacia abajo prolongadamente. Esto previene desplazamientos del producto.
- **Evita ejercicio intenso durante 24 horas.** Incluye:
 - CrossFit
 - Running
 - Ciclismo
 - Entrenamientos de fuerza

Avenida Doctor Jiménez Díaz No.7. Alicante, España 03005

www.kuzmarclinic.com

El aumento del flujo sanguíneo podría alterar la fijación adecuada del producto.

● **No aplicar calor en la mandíbula las primeras 48 h.** Evita:

- Masajes
- Radiofrecuencia
- Ultrasonidos
- Sauna, spa o vapor
- Compresas calientes

El calor puede aumentar el riesgo de inflamación y dispersión.

■ **Evita masticar alimentos muy duros durante 2–3 días.** El masetero estará adaptándose a la relajación progresiva.

Recomendamos evitar:

- Chicle
- Hielo
- Frutos secos duros
- Carnes muy fibrosas

● **Mantén expresiones faciales suaves la primera hora.** Movimientos naturales como sonreír o hablar ayudan a la integración del producto, sin necesidad de ejercicios excesivos.

● **Espera resultados de forma progresiva.**

- Inicio del efecto: **día 3–7**
- Efecto máximo: **día 14**
- Duración: **3–6 meses**

La reducción de tensión mandibular, dolor o “fatiga” al despertar es paulatina.

● **Revisión a las 2 semanas.** Es posible que se requiera ajustar dosis para equilibrar ambos maseteros o temporales.

El retoque es parte fundamental del protocolo terapéutico⁶.

● **Usa protector solar diario.** No afecta directamente al bruxismo, pero protege la piel en la zona infiltrada.

● **Señales para contactar a la clínica:** Aunque poco frecuentes, avisa si presentas:

- Dolor mandibular persistente mayor a 72h
- Asimetría marcada
- Dificultad severa para masticar
- Hinchazón intensa o hematomas no habituales

Estamos disponibles para acompañarte en cada paso.

En **Kuzmar Clinic** cuidamos de tu salud mandibular de manera integral

El tratamiento de bruxismo con neuromoduladores no solo relaja el músculo:

- ✓ mejora el descanso nocturno
- ✓ reduce desgaste dental
- ✓ suaviza la tensión facial
- ✓ disminuye cefaleas y molestias cervicales

Siguiendo estas recomendaciones, tus resultados serán más armónicos, eficaces y duraderos.

Referencias

1. Alan M, Gladstone H, Kramer E, et al. Facial aesthetic injections in clinical practice: Pretreatment and posttreatment consensus recommendations to minimize adverse outcomes. *J Cosmet Dermatol.* 2020;19(12):3159–3171. doi:10.1111/jocd.13744
2. Cleveland Clinic. Botulinum Toxin Injections: Treatment, Recovery & Side Effects. Published 2025. Accessed August 8, 2025.
3. Queensland Health. Beginner-Friendly Guide to Cosmetic Injectables. Accessed August 8, 2025.
4. Collier H. Post-treatment advice following botulinum toxin injections: a review. *J Aesthetic Nurs.* 2018;7(5):240–244. doi:10.12968/jan.2018.7.5.240
5. U.S. Food and Drug Administration. BOTOX® (onabotulinumtoxinA) prescribing information. Updated 2011. Accessed August 8, 2025.
6. ResearchGate. Are Post-Care Recommendations Following Upper-Face Botulinum Toxin Treatment Scientifically Necessary? A Retrospective Study Based on 5000 Patients. Accessed August 8, 2025.

Avenida Doctor Jiménez Díaz No.7. Alicante, España 03005

www.kuzmarclinic.com