

**WORRY LESS,  
SLEEP MORE.**



**MANUAL DE USO**



---

## En RonkaTec® te ofrecemos Soluciones Tecnológicas para el ronquido. Duermes profundamente con nuestra guarda nocturna. ©2023

---

### Propósito:

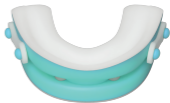
RonkaTec es un dispositivo de avance mandibular (DAM) que al calentarse, adquiere la forma única de la dentadura del paciente, diseñado para mejorar la calidad del sueño al reducir o eliminar los síntomas de ronquido y apnea. Al utilizar este dispositivo durante el sueño, la mandíbula se mantiene hacia adelante, lo que crea espacio en la faringe y permite que el aire fluya de manera continua y sin obstrucciones. De esta manera, se reducen los síntomas de ronquido y apnea, lo que permite un sueño profundo y reparador. ¡Disfruta de una noche de sueño tranquila y reparadora con RonkaTec!

### Descripción:

- Paladares.

RonkaTec es un dispositivo diseñado por especialistas calificados, para mejorar la calidad del sueño al mantener la mandíbula inferior adelantada durante el sueño. Esto aumenta el espacio en la orofaringe, lo que resulta en un incremento del flujo de aire y una reducción considerable de los síntomas de ronquido y apnea del sueño.

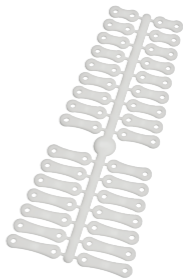
El dispositivo está compuesto de dos paladares conectados por elásticos de tamaño variable. Los paladares contienen un polímero que se puede moldear al calentarlo en agua caliente, lo que permite una fijación exacta a las dentaduras del paciente.



- Elásticos Laterales.

Los elásticos laterales desempeñan un papel fundamental al generar la resistencia requerida para mantener la mandíbula en una posición adelantada durante el sueño. Estos elásticos se ubican en los costados del paladar, conectándolos entre sí de manera que, al dormir, la apertura bucal sea cómoda y el dispositivo pase desapercibido sin causar molestias incómodas.

Disponemos de 16 tamaños diferentes de elásticos laterales, cada uno con una diferencia de 1mm. Este rango de elásticos es suficiente para tratar cualquier tipo de caso mandibular que se presente.



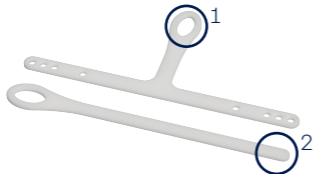
- Liga-T.

La Liga-T constituye un elemento inicial en el procedimiento de moldeo del paladar. Su función radica en facilitar la inmersión de forma alineada y uniforme de los paladares en agua caliente al comienzo del proceso, permitiendo posteriormente la extracción del paladar del agua caliente de forma controlada al mantener una parte de la pieza fuera del agua. Además, esta liga incorpora una extensión opcional que posibilita un mayor alcance en casos donde el recipiente de inmersión presenta una considerable profundidad.





Para extender el alcance de la Liga-T, se requiere pasar la parte delgada del extensor (2) a través del orificio superior (1) de la misma. Luego, procede a pasar nuevamente la parte delgada del extensor por el orificio de dicha pieza, creando así un tipo de nudo que asegura la conexión.



- Morning Aligner.

Es un dispositivo diseñado para restablecer la mordida habitual del usuario, luego de haber utilizado el RonkaTec durante la noche.



## Instrucciones de Uso:

Para obtener un buen descanso, es recomendable utilizar RonkaTec durante el sueño. Es importante utilizar los elásticos provistos, seleccionando el tamaño adecuado para avanzar el maxilar inferior, o mandíbula, según las necesidades del paciente. Se recomienda utilizar los elásticos que permitan el avance de un 60% a 70% del avance máximo del maxilar inferior, que sea un avance considerable y confortable de la mandíbula.



Sin Avance

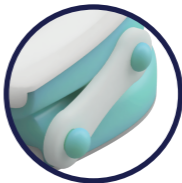
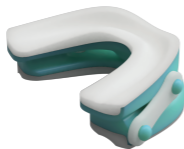


60% Avance



Máximo Avance

Es necesario verificar que los elásticos estén completamente sujetos en los ganchos redondos que se encuentran en la parte delantera del paladar superior y en la parte trasera del paladar inferior para que el dispositivo funcione correctamente.



Es posible variar la distancia de avance de la mandíbula utilizando diferentes tamaños de elásticos. Si se desea mover la mandíbula hacia adelante, se recomienda colocar un elástico más pequeño, mientras que para moverla hacia atrás se debe usar uno más grande.

Para utilizar el Morning Aligner, simplemente colóquelo en su boca luego de haber utilizado el paladar durante la noche. Manténgalo en la boca y ejerza una suave mordida durante un período de 5 a 10 minutos, preferiblemente extendiéndolo por un lapso mayor de tiempo para resultados óptimos. Esto permite el retorno de la mandíbula a su posición original de manera gradual y efectiva.



## Moldeo de paladares:

\*Recomendaciones previo al moldeo de paladares

Antes de moldear los paladares, le recomendamos que lea cuidadosamente todas las instrucciones a continuación.

Para facilitar el procedimiento, sugerimos que utilice un espejo o cualquier otro medio para ver su reflejo.

Asimismo, le recomendamos que se cepille los dientes antes de realizar el moldeo.

### 01.

Primero, coloque suficiente agua en un recipiente resistente al calor, como una taza, para poder sumergir completamente el dispositivo.



### 02.

Calentar el agua justo a temperatura de ebullición, 100°C. Alrededor de 3 a 4 minutos para una tasa de agua en el microondas.



### 03.

A continuación, coloque la pieza "Liga-T" para poder mover y alinear el dispositivo al momento de sumergirlo en el agua.

- Dependiendo de su tipo de mordida, utilice los diferentes orificios para ajustar mejor el dispositivo a su caso.



### 04.

Deje el dispositivo dentro del agua durante al menos 4 minutos para ablandar el material interior del dispositivo, o hasta que se observe que el material interior se haga transparente. Luego, saque el dispositivo cuidadosamente del agua y toque la parte blanda del paladar con su antebrazo. Si molesta por el calor, permita que el dispositivo se enfríe un poco antes de ponerlo en la boca.



## 05.

Cuando ya no moleste la temperatura, coloque el dispositivo en su boca con los paladares alineados con sus dientes. Es más fácil hacer esto frente a un espejo. Alinee la pista superior con el centro de sus dientes y trate de centrarlos con el centro del polímero moldeable.



## 06.

Una vez centrados los paladares con los dientes, muerda con fuerza para dejar la impresión en el material. Mantenga la boca cerrada y NO mueva ni rechine los dientes durante 2 minutos. Esto permitirá que el material se enfríe y quede marcada la dentadura.



## 07.

Después de los 2 minutos, remueva el paladar de sus dientes y vuélvase lo a poner por lo menos 2 veces para verificar la fijación adecuada.



## 08.

Finalmente, saque el paladar de su boca y póngalo a enfriar en agua al tiempo para completar el enfriamiento.



### Remoción de exceso de material.

En caso de que haya material excesivo que moleste al cerrar la boca, se puede utilizar un cúter, exacto, o tijeras, para cortar el excedente. Sin embargo, tenga en cuenta que, si se corta demasiado material, se puede reducir la capacidad de retención del paladar. Por lo tanto, se recomienda no cortar o eliminar más material del que sale por detrás.

Después de cortar el excedente, es necesario volver a calentar el agua y sumergir el dispositivo para calentar el polímero nuevamente y usar el dedo para ablandar las esquinas causadas por el corte.

Tenga en cuenta que, al cortar material en exceso, puede afectar la retención adecuado del dispositivo. Por lo tanto, se recomienda tener cuidado al cortar y solo cortar lo necesario para evitar cualquier problema.



## Moldeo de Morning Aligner:

\*Se emplean los mismos utensilios y/o recipientes que en el proceso de moldeo de los paladares.

### 01.

Primero, coloque suficiente agua en un recipiente resistente al calor, como una taza, para poder sumergir completamente el dispositivo.



### 02.

Calentar el agua justo a temperatura de ebullición, 100°C. Alrededor de 3 a 4 minutos para una tasa de agua en el microondas.



### 03.

Introduzca el Morning Aligner en el agua caliente y espere durante 90 segundos, o hasta que solo la superficie del material se vuelva translúcida. El objetivo es que el interior mantenga un tono blanco.



### 04.

Extraiga con delicadeza el Morning Aligner del agua, puede utilizar un tenedor o una cuchara, y verifique la temperatura tocándolo con el antebrazo. Si resulta incómodo por el calor, permita que el dispositivo se enfríe un poco antes de colocarlo en la boca.



### 05.

Ajuste el dispositivo en los dientes frontales y aplique una suave presión, evitando que el material se corte con la mordida.



### 06.

Pasados dos minutos, retire el Morning Aligner de los dientes y vuelva a colocarlo al menos dos veces para asegurarse de que esté correctamente fijado.



### 07.

Finalmente, sumérgalo en agua a temperatura ambiente para completar el proceso de enfriamiento.





## **Beneficios de Uso:**

El ronquido y la apnea del sueño son dos trastornos respiratorios relacionados con el sueño. El ronquido es una respiración ruidosa producida por la vibración de las vías respiratorias relajadas durante el sueño. Tratar el ronquido puede mejorar la calidad del sueño tanto para el roncador como para su pareja.

La apnea obstructiva del sueño (AOS) es causada por el cierre repetido de la garganta durante el sueño, despertando brevemente al durmiente y resultando en un sueño fragmentado. Las principales consecuencias de la AOS no tratada son somnolencia diurna excesiva y enfermedades cardiovasculares relacionadas con la reducción de los niveles de oxígeno en la sangre. Tratar la AOS reduce el riesgo cardiovascular, disminuye la somnolencia diurna y reduce el riesgo de quedarse dormido al volante.

Además, detener la apnea del sueño también puede mejorar la concentración y la productividad durante el día, mejorar el estado de ánimo y la calidad de vida en general, y reducir el riesgo de desarrollar diabetes y otros problemas de salud.

---

## **Mantenimiento e higiene:**

Para mantener tu RonkaTec en buen estado, te sugerimos sumergirlo en una solución de enjuague bucal y agua en una proporción de 2:1 después de su uso. El estuche que viene con el RonkaTec facilita la extracción del dispositivo sin necesidad de tocarlo con los dedos. Además, es importante lavar el dispositivo con un cepillo de dientes y pasta dental una vez por semana para eliminar cualquier residuo acumulado.

También es recomendable cambiar los elásticos si sientes que han perdido su dureza deseada, o cada tres meses, para mantener el ajuste y la funcionalidad del dispositivo en óptimas condiciones.



## Advertencias y Precauciones:

El uso de este dispositivo puede provocar **EN CASOS RAROS Y MUY EXTREMOS:**

- Movimiento dental o cambios en la oclusión dental.
- Dolor o sensibilidad gingival o dental.
- Dolor o sensibilidad en la articulación temporomandibular.
- Obstrucción de la respiración oral.
- Salivación excesiva.
- Sequedad bucal excesiva.
- Aflojamiento de las restauraciones dentales.
- Aflojamiento de los dientes.

Si experimenta alguno de estos efectos, consulte a su profesional de la salud. Se recomienda que los pacientes reciban revisiones periódicas por parte de su profesional de la salud para evaluar el éxito del tratamiento y comprobar si hay efectos secundarios, que a veces pueden reducirse o eliminarse mediante ajustes en el dispositivo RonkaTec o con una visita a su profesional de salud.

Escanear para ver el Manual de Forma Digital



Av. Dr. Alfredo Piñeyro Lopez #1012  
Col. Mitras Sur CP. 64020  
Monterrey, N.L.

Contacto:  
[ronkatec.com](http://ronkatec.com)  
[hola@ronkatec.com](mailto:hola@ronkatec.com)

---

RonkaTec