ANTI-SNORING MOUTHPIECE

Guía de usuario del L08

Español

Willnice

Breathe Will be Nice

ÍNDICE

DESCRIPCIÓN DEL PRODUCTO----------1

COMPONENTES----------2

USO PREVISTO----------3

PRINCIPIO DE FUNCIONAMIENTO----------4

CONTRAINDICACIONES----------5

ADVERTENCIAS----------5

RECORDATORIOS INICIALES----------6

INSTRUCCIONES DE USO----------7

LIMPIEZA Y ALMACENAMIENTO----------12

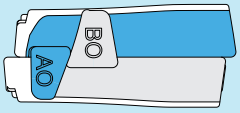
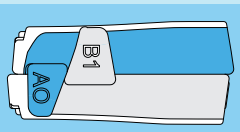
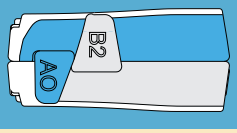
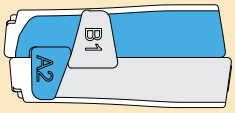
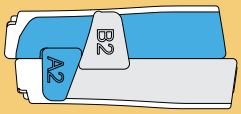
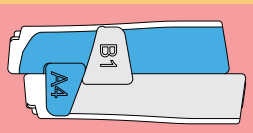
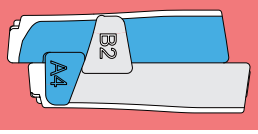
GUÍA DE REAJUSTE MATUTINO DE LA MANDÍBULA--13

PREGUNTAS FRECUENTES (FAQ)----------14

DESCRIPCIÓN DEL PRODUCTO

El Dispositivo de Avance Mandibular L08 (MAD) está disponible en siete configuraciones, lo que permite al usuario seleccionar la distancia de avance mandibular más adecuada según sus necesidades.

Configuraciones disponibles y tiempo de adaptación:

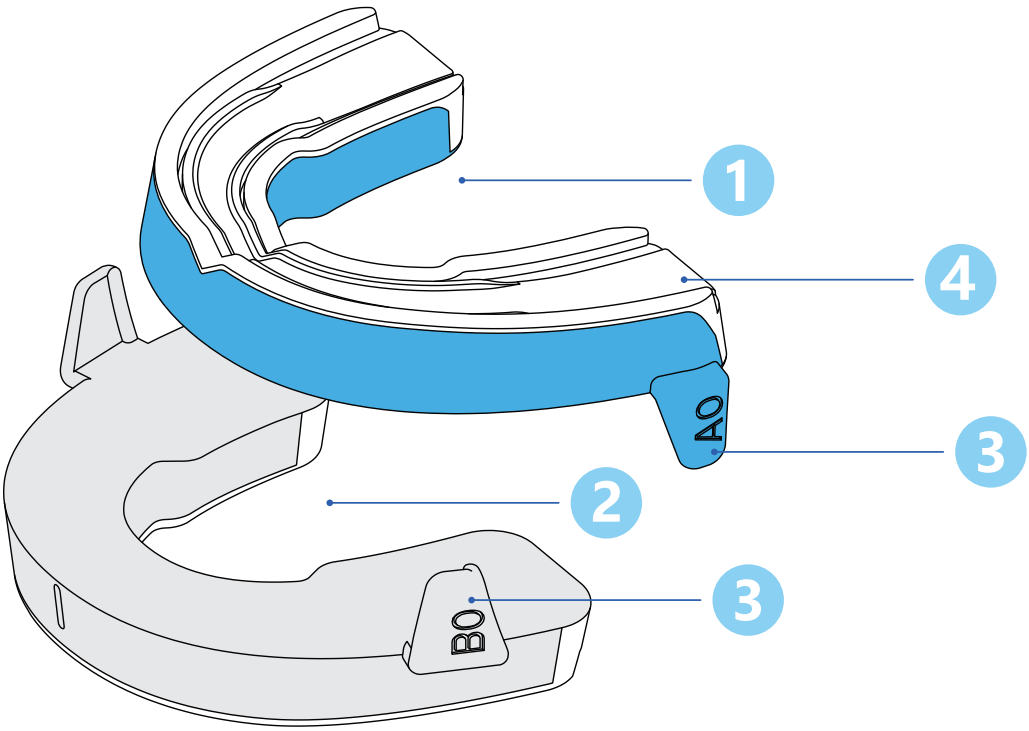
	MAD	Configuracione	Distancia de avance	Tiempo de adaptación
Leve		A0 + B0	0mm	1 semana
		A0 + B1	1mm	1 semana
		A0 + B2	2mm	1 semana
Moderado		A2 + B1	3mm	1 semana
		A2 + B2	4mm	2 semanas
Moderado		A4 + B1	5mm	2 semanas
		A4 + B2	6mm	No recomendado

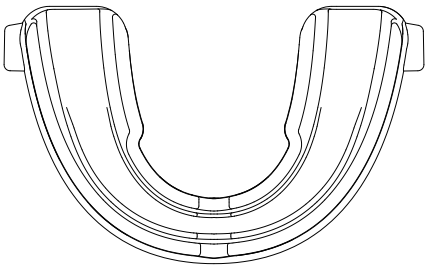
Consejos importantes:
1. Un nivel más alto implica una mayor distancia de avance mandibular.
2. Si el nivel moderado resulta eficaz, no se recomienda utilizar el nivel severo, ya que una mayor distancia puede aumentar significativamente la incomodidad al usarlo.
3. En el primer uso del MAD, comience siempre con la configuración A0 + B0.

COMPONENTES

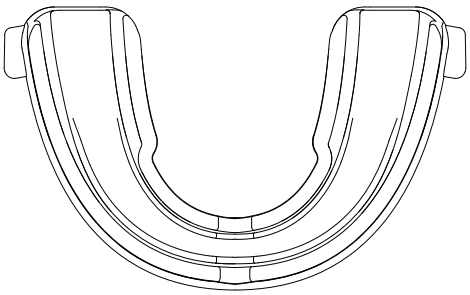
Lista de componentes

1. Bandeja superior
2. Bandeja inferior
3. Indicador de distancia de avance
4. Parte moldeable





Versión estándar



Versión grande

El MAD está disponible en dos versiones:
La única diferencia entre ambas versiones es el tamaño.

USO PREVISTO

El Dispositivo de Avance Mandibular está diseñado para adelantar la mandíbula inferior y mantenerla en esa posición durante el uso, ayudando a mantener la vía aérea abierta y reduciendo los ronquidos durante el sueño.

Usuarios previstos: Adultos de 18 años o más

Vida útil: 6–12 meses con un cuidado adecuado

Tiempo máximo de almacenamiento: 2 años

Parámetro	Condiciones de uso	Condiciones de almacenamiento
Temperatura	+5 °C a +40 °C (41–104 °F)	−20 °C a +45 °C (−4–113 °F)
Humedad	10 %–90 % HR	10 %–90 % HR

Antes del primer uso, lea atentamente y siga este manual de instrucciones. Un uso correcto es esencial para garantizar la eficacia del dispositivo.

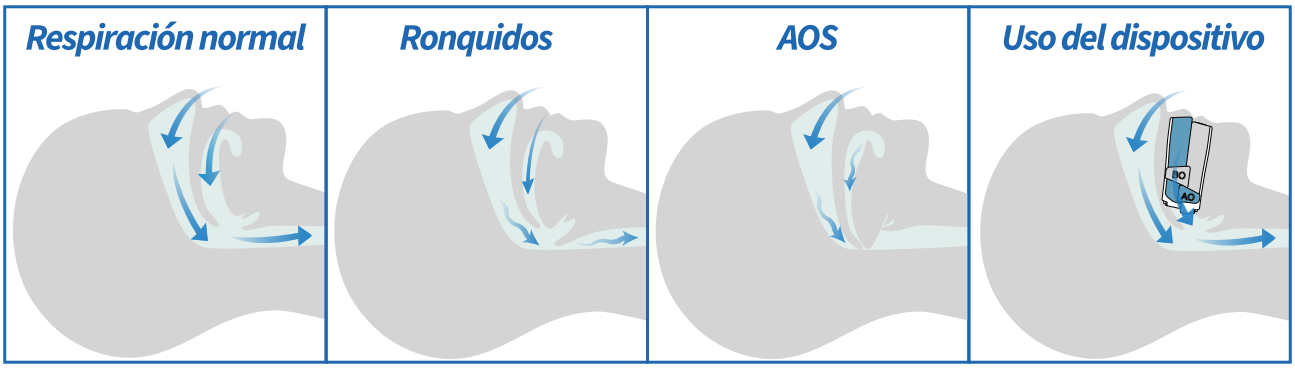
PRINCIPIO DE FUNCIONAMIENTO

Respiración normal: El tono muscular adecuado de la garganta y la lengua mantiene la vía aérea abierta.

Ronquidos: La relajación muscular provoca un estrechamiento parcial de la vía aérea; el flujo de aire acelerado genera turbulencias que hacen vibrar los tejidos.

Apnea obstructiva del sueño (AOS): La relajación completa de los músculos causa una obstrucción total de la vía aérea, impidiendo el paso de aire y provocando pausas respiratorias temporales.

Uso del dispositivo: Al mantener la mandíbula inferior adelantada, la vía aérea permanece abierta, permitiendo una respiración normal.



CONTRAINDICACIONES

Do not use the device if any of the following conditions apply:

- ✕ Menores de 18 años, ya que puede afectar al desarrollo dental y mandibular.
- ✕ Diagnóstico de apnea central del sueño (ACS), distinta de la AOS.
- ✕ Enfermedades respiratorias graves, como asma, AOS severa o enfisema.
- ✕ Enfermedades periodontales, dientes flojos, sangrado de encías, úlceras orales o caries.
- ✕ Trastornos de la articulación temporomandibular (ATM) u otros problemas articulares mandibulares.
- ✕ Implantes dentales realizados en los últimos 12 meses.
- ✕ Tratamiento de ortodoncia en curso o uso de brackets, dentaduras completas u otros aparatos dentales.
- ✕ Maloclusión severa o problemas de mordida (dolor mandibular o dental al apretar).

ADVERTENCIAS

⚠ 1. El uso del dispositivo puede provocar:
· Movimiento dental o cambios en la mordida
· Dolor dental o gingival
· Molestias articulares
· Irritación en la cavidad oral
· Salivación excesiva
· Dificultad para respirar por la boca
· Sequedad bucal

⚠ 2. Si se presentan reacciones adversas graves, alergias, dificultad respiratoria u otros problemas respiratorios, suspenda el uso inmediatamente y consulte a un médico.

⚠ 3. Este dispositivo no está indicado para el tratamiento de la apnea obstructiva del sueño (AOS).

RECORDATORIOS INICIALES

1. La eficacia del dispositivo varía según la persona. Algunos usuarios notan una reducción significativa de los ronquidos en pocos días, mientras que otros pueden necesitar varias semanas; ambas situaciones son normales.

2. Dormir de lado o boca abajo mejora la eficacia del dispositivo. Dormir boca arriba puede hacer que la boca se abra y el dispositivo se desprenda.

3. El dispositivo puede limitar la respiración bucal. Si presenta congestión nasal durante el sueño, se recomienda suspender temporalmente su uso o utilizar medicación para despejar las vías nasales.

4. La respiración bucal puede provocar sequedad bucal, movimiento dental y menor calidad del sueño. Si suele respirar por la boca, considere usar una mentonera para mantener la mandíbula cerrada durante el sueño y reducir el riesgo de que el dispositivo se caiga.

5. Si el dispositivo causa molestias o se desprende durante la noche, retírelo y continúe durmiendo.

6. La adaptación a un Dispositivo de Avance Mandibular requiere tiempo. Es normal sentir una ligera incomodidad o que el dispositivo se desplace al inicio.

⚠ Si no puede utilizar el MAD debido a alguna contraindicación, contáctenos y gestionaremos su reembolso.

⚠ Sea paciente durante el proceso de moldeado del MAD.

Motivos:
1. El MAD que ofrecemos es una opción más económica; en comparación con soluciones hospitalarias o clínicas, permite ahorrar costes manteniendo una eficacia equivalente.

⚠ Reemplazo:
Si el modelo de MAD preseleccionado se agota o se pierde, puede adquirir un conjunto de reemplazo correspondiente por separado en nuestra tienda.

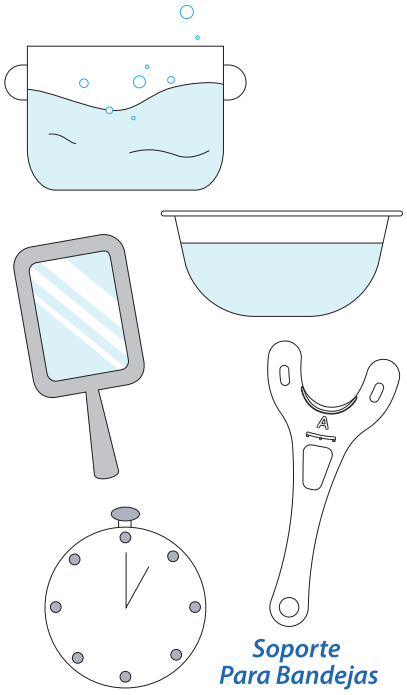
INSTRUCCIONES DE USO

1. Preparación

1. Herramientas necesarias

- **Calentamiento y enfriamiento:**
Recipiente para agua caliente, recipiente o grifo de agua fría, dispositivo para hervir agua

- **Herramientas auxiliares:**
Espejo, soporte para bandejas, temporizador



Nota:

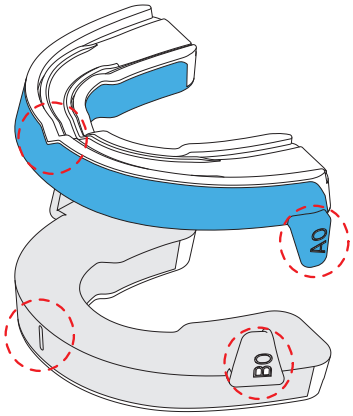
- El producto incluye un soporte para bandejas destinado al calentamiento y moldeado.
- El recipiente para agua caliente debe ser lo suficientemente grande y contener agua en cantidad suficiente para que la bandeja quede totalmente sumergida y se caliente de manera uniforme.

2. Identificación de las bandejas MAD y configuración inicial

- **Bandeja superior (A):**
Con muesca en forma de “V”, flecha indicadora en la parte posterior e indicador lateral con la letra “A”.

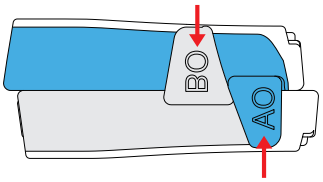
- **Bandeja inferior (B):**
Con una prolongación larga en la parte frontal e indicador lateral con la letra “B”.

- Las bandejas se conectan mediante salientes que las fijan de forma segura.



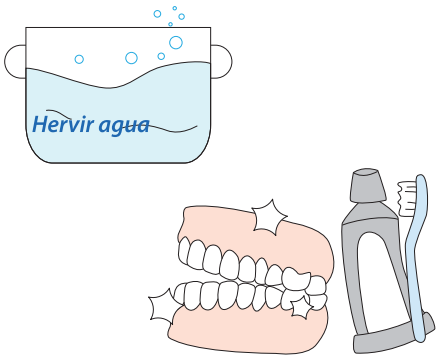
Consejo:
Los números más pequeños indican una menor distancia de avance mandibular; los números más grandes corresponden a un mayor avance.

- Tras el montaje, compruebe que la flecha situada en el lateral de la bandeja superior esté alineada con el número correspondiente de la bandeja inferior para confirmar la distancia de avance.



- Para usuarios primerizos, comience siempre con A0 + B0 (avance mínimo).

3. Preparación previa al moldeado



- **Cepille los dientes:**
  Asegúrese de que los dientes estén completamente limpios para evitar que restos afecten al moldeado.
- **Hervir agua:**
  Mantenga la temperatura del agua por encima de 95 °C; se recomienda agua recién hervida.

2. Calentamiento de la bandeja

1. Las bandejas superior e inferior deben moldearse por separado.
Coloque la bandeja superior en el soporte y sitúela en el lado marcado con "A".

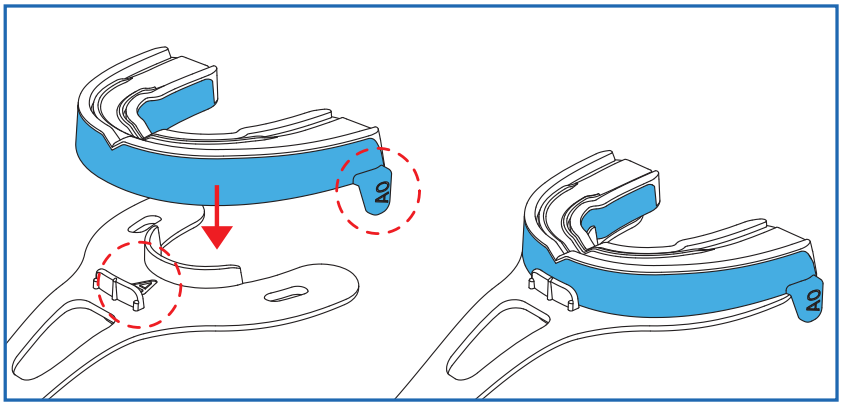
Nota:

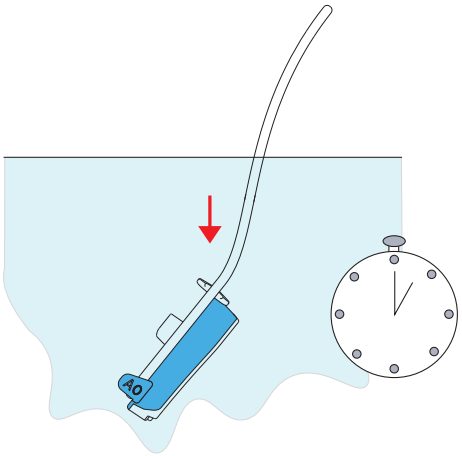
- La letra del soporte debe coincidir con la letra indicada en el lateral de la bandeja (A con A, B con B).

2. Introduzca la bandeja superior junto con el soporte en el recipiente con agua caliente.
Asegúrese de que el nivel de agua cubra completamente la bandeja.

3. Deje en remojo durante 2 minutos.
Si el soporte flota, presiónelo suavemente para mantener la bandeja totalmente sumergida durante todo el calentamiento.

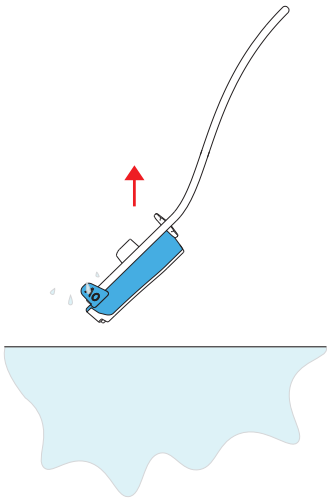
4. Tras el calentamiento, el material moldeable se ablandará y puede presentar una ligera adherencia, lo cual es normal.
Si se produce una adherencia excesiva, la bandeja se ha sobrecalentado; retírela inmediatamente del agua caliente.





3. Escurrido y enfriamiento

1. Retire el soporte del agua, sacuda suavemente el exceso de agua y deje enfriar durante 3–5 segundos.



⚠ **Precauciones:**

- No sacuda con fuerza para evitar que la bandeja se desprenda del soporte.
- Tenga cuidado con el agua caliente para prevenir quemaduras.
- No enfríe en exceso, ya que esto puede afectar al rendimiento del moldeado.

4. Moldeado de la bandeja superior

1. Coloque la bandeja superior con el soporte en la boca.
Ajuste primero la posición; no muerda todavía.
Retírela inmediatamente si se siente demasiado caliente.

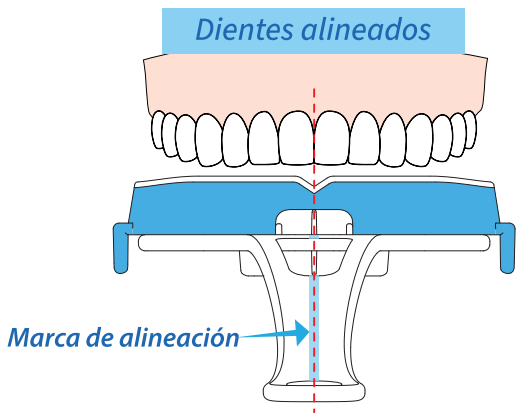
2. Utilizando un espejo, alinee la marca del soporte con la línea central adecuada:
   - **Dientes alineados:** con el centro de los dientes superiores
   - **Dientes desalineados:** con la línea central entre la nariz y el mentón

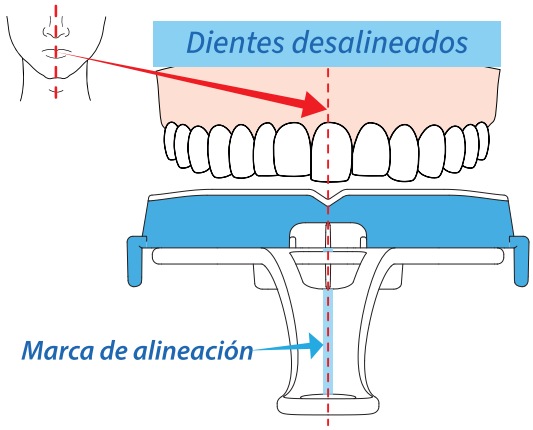
3. Una vez posicionada, muerda suavemente para fijar la bandeja y retire el soporte.

4. Muerda de forma uniforme, presionando los dientes superiores contra la base de la bandeja durante 1 minuto.

5. Retire la bandeja verticalmente, sin balancearla.

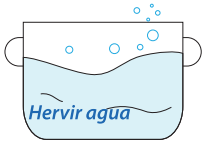
6. Coloque el lado moldeable hacia abajo y enfríe en agua fría o bajo el grifo.
Si se enjuaga, lave primero la base de la bandeja y luego la zona moldeable, utilizando solo un flujo de agua suave.





5. Moldeado de la bandeja inferior

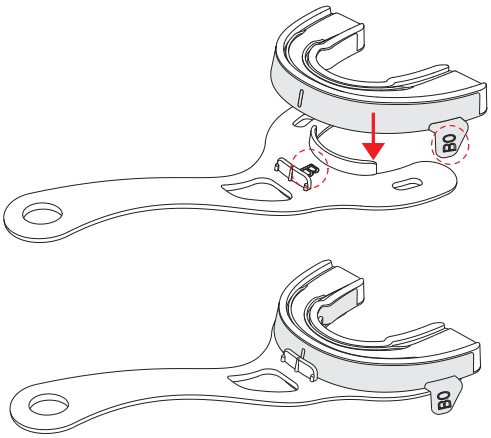
1. Utilice agua caliente nueva o vuelva a calentar el agua para asegurar la temperatura adecuada.



2. Fije la bandeja inferior al soporte y colóquela en el lado marcado con “B”.

Nota:

- La letra del soporte debe coincidir con la letra indicada en la bandeja (A con A, B con B).



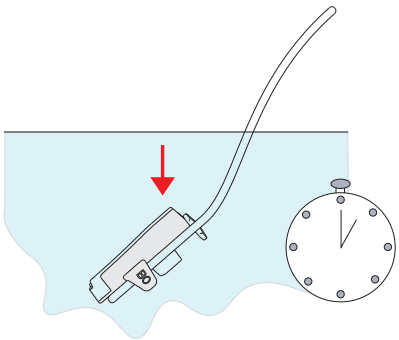
3. Caliente, escurra y enfríe la bandeja inferior siguiendo los mismos pasos descritos anteriormente.

4. Coloque la bandeja inferior con el soporte en la boca y ajuste la posición; no muerda todavía.

5. Con ayuda de un espejo, alinee la marca del soporte con la misma línea central utilizada para la bandeja superior.

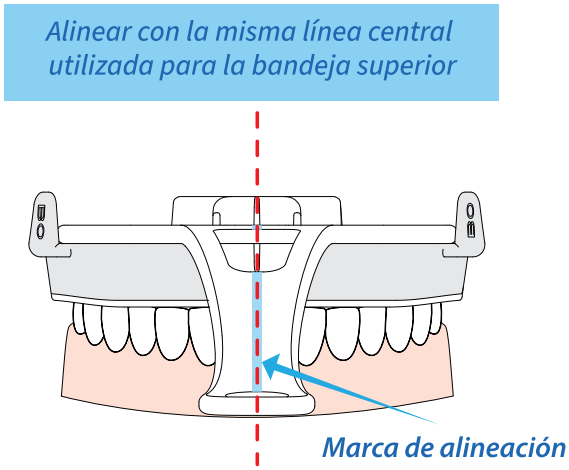
6. Muerda suavemente para fijar la bandeja y retire el soporte.

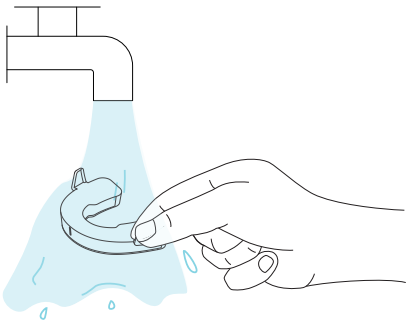
7. Muerda de manera uniforme, presionando los dientes inferiores contra la parte superior de la bandeja durante 1 minuto.



8. Retire la bandeja verticalmente, sin movimiento lateral.

9. Enfríe el lado moldeable hacia abajo en agua fría o bajo un chorro de agua suave.





6. Prueba de ajuste

1. Ensamble las bandejas superior e inferior y colóquelas en la boca.

2. Compruebe la estabilidad y comodidad:

   • **Ajuste firme:** indica un moldeado correcto.

   • **Ajuste flojo o incomodidad extrema:** indica un fallo en el moldeado; es necesario recalentar y volver a moldear.

💡 **Sugerencias de ajuste:**

• Una forma incorrecta puede deberse a un tiempo de enfriamiento excesivo o a una posición de mordida inadecuada.

Siga estos pasos:

① Recalentar la bandeja → ② Escurrir y enfriar (reducir el tiempo si es necesario) → ③ Volver a moldear → ④ Enfriar nuevamente → ⑤ Probar el ajuste

7. Ajuste y adaptación

Durante los primeros usos, es normal experimentar una ligera sensibilidad o molestias leves en los dientes o la mandíbula. Estas sensaciones suelen disminuir o desaparecer con el tiempo.

• Se requiere un período de adaptación.

• Comience siempre con la posición A0 + B0 y, una vez adaptado, ajuste gradualmente a posiciones superiores (por ejemplo, A0 + B1, A0 + B2) hasta alcanzar una configuración eficaz.

• No comience con una posición elevada, ya que puede provocar dolor o incomodidad.

• Durante la adaptación, la configuración inicial puede no reducir todavía los ronquidos; esto es normal. Sea paciente y ajuste solo tras un período adecuado de uso

📌 **Advertencias durante el ajuste:**

• Si aparece dolor intenso, molestias mandibulares significativas, chasquidos articulares o sensación de presión excesiva, suspenda el uso inmediatamente. Puede interrumpir el uso durante una noche; si los síntomas persisten o empeoran, consulte a un profesional sanitario.

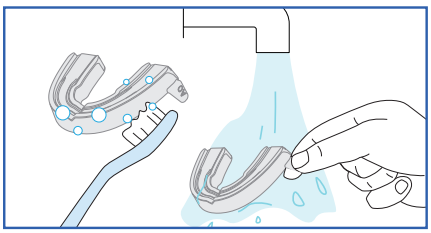
• Se recomienda que los usuarios primerizos usen el dispositivo durante 15 minutos antes de dormir, aumentando gradualmente el tiempo de uso para facilitar la adaptación.

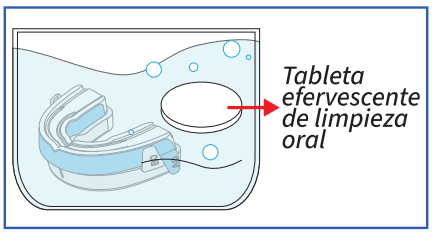
LIMPIEZA Y ALMACENAMIENTO

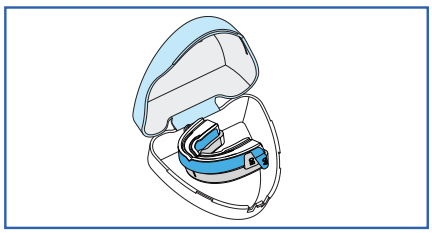
• Utilice un cepillo de dientes para limpiar el dispositivo con un limpiador especializado para prótesis dentales o con un limpiador suave para biberones durante 3–5 minutos. Posteriormente, enjuague con agua a 25–30 °C.

• Alternativamente, sumerja el dispositivo en agua con una tableta efervescente de limpieza oral durante 5 minutos. Aplique la solución con un cepillo de cerdas suaves, cepille durante 3–5 minutos y enjuague con agua a 25–30 °C.

• Después de la limpieza, deje secar el dispositivo en un área bien ventilada. Guárdelo en su estuche únicamente cuando esté completamente seco.







Advertencias

• No limpie el dispositivo con productos químicos agresivos, como etanol.

• No utilice enjuague bucal para limpiarlo.

• Evite la limpieza por ultrasonidos.

• No utilice agua caliente superior a 45 °C (113 °F), ya que podría deformar el dispositivo.

• Evite la exposición directa a la luz solar durante el secado y almacene el dispositivo en un lugar fresco y sombreado.

• El dispositivo contiene piezas pequeñas; guárdelo adecuadamente para evitar la ingestión accidental por parte de niños.

Recomendaciones

• Evite consumir café, té o bebidas de cola antes de usar el dispositivo, ya que pueden manchar el material.

• Cepíllese siempre los dientes antes de colocarse el dispositivo.

• Cuando no esté en uso, guárdelo en el estuche de almacenamiento y asegúrese de que esté bien cerrado.

GUÍA DE REAJUSTE MATUTINO DE LA MANDÍBULA

Debido a que la mandíbula ha permanecido en posición adelantada durante la noche, es normal que al despertar continúe ligeramente adelantada. Generalmente, la mordida vuelve a su posición normal dentro de una a dos horas tras retirar el dispositivo.

Los siguientes ejercicios pueden ayudar a aliviar molestias o restablecer la posición mandibular:

• Antes de comenzar, aplique una compresa tibia y húmeda durante 10 minutos en las zonas doloridas a ambos lados de la mandíbula.

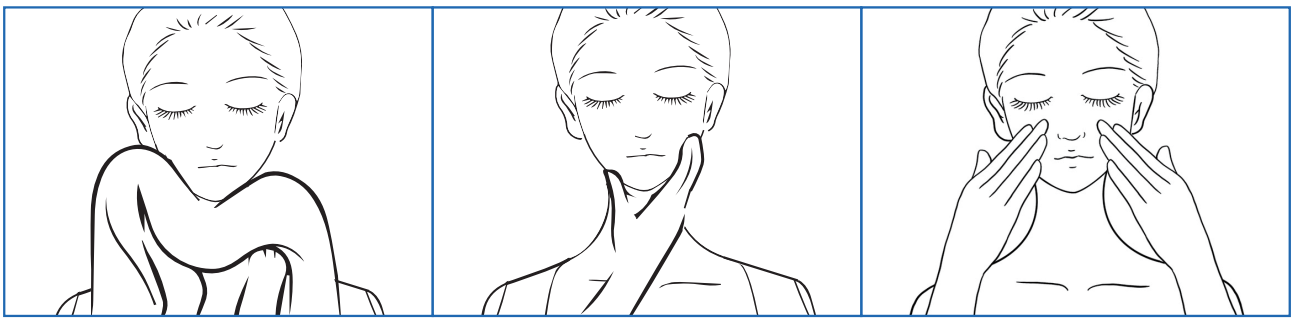
• Coloque el dedo índice y el dedo medio a ambos lados de la mandíbula. Puede localizar la zona correcta apretando suavemente la mandíbula.

• Relaje los músculos mandibulares y masajee suavemente con movimientos circulares. No masajee durante más de 10 minutos.

• Considere dejar de usar el dispositivo una noche para permitir que los músculos mandibulares descansen completamente.

• No vuelva a usar el dispositivo hasta que la mandíbula haya recuperado su posición normal.

• Si los síntomas persisten durante un período prolongado o el dolor aumenta, suspenda el uso y consulte a su médico.



PREGUNTAS FRECUENTES (FAQ)

P1: ¿Por qué el MAD parece complicado de usar?

R: El MAD requiere un moldeado inicial para adaptarse a su mordida. Dado que la estructura oral varía entre individuos, es normal experimentar cierta falta de familiaridad al principio. Un moldeado adecuado mejora la comodidad y garantiza el funcionamiento correcto del dispositivo. Una vez moldeado correctamente, su uso resulta más sencillo.

P2: ¿En qué se diferencia este MAD de los proporcionados por hospitales o clínicas del sueño?

R: Los dispositivos proporcionados por hospitales o clínicas suelen ser personalizados y de mayor coste. Este producto utiliza el mismo principio funcional, pero permite el auto-moldeado, ofreciendo una alternativa más económica.

P3: ¿Cómo debo elegir la configuración correcta?

R: Comience con la configuración inicial (A0 + B0) y ajuste gradualmente tras el período de adaptación hasta alcanzar una posición eficaz. No comience con configuraciones más altas, ya que pueden provocar molestias o dolor. Si el dolor persiste, suspenda el uso y consulte a un médico.

Consulte el manual de instrucciones	Fecha de fabricación	Fabricante	90% 10% Límites de humedad
LATEX No contiene látex de caucho natural	Fecha de caducidad	LOT Número de lote	Advertencia
Evitar la luz solar directa	60°C 140°F -20°C -4°F Límites de temperatura Límites de temperatura para almacenamiento y transporte		

Manufactured By:
SHENZHEN SANY PIONEER TECHNOLOGY CO., LTD.

503A, 302, No.2 Factory Building, Fukang Road, Pinghu Community, Pinghu Street, Longgang District, Shenzhen, Guangdong, China, 518000

SYL08-T-BR Ver: A1
Revised Date: 2026.02