Mantenerse saludable para el bebé

El embarazo es un momento de mucha emoción y las mujeres embarazadas tienen que enfocarse en lo que es mejor para ellas y para tener un bebé sano. El ejercicio, una dieta rica en vitaminas y nutrientes, y varias citas con el médico son cosas de prioridad. Pero, ¿qué sucede con la atención dental?

Con los cambios hormonales típicos durante el embarazo, las mujeres embarazadas pueden notar un cambio en su salud bucal. Aunque la enfermedad periodontal (de las encías) afecta al 40% de todas las mujeres embarazadas,[1] más de la mitad de las mujeres no visita al dentista durante el embarazo y solo la mitad de aquellas que experimentan problemas de salud bucal reciben atención adecuada y oportuna.[1] Al retrasar el tratamiento dental necesario, las mujeres embarazadas pueden ponerse a ellas mismas y a su bebé en riesgo. De hecho, los altos niveles de la bacteria que causa caries en las mujeres embarazadas pueden provocar bajo peso al nacer.[2]



La atención dental durante el embarazo es 100% segura, incluido el uso de radiografías, los medicamentos para el dolor y la anestesia local.[3] No deje que su salud bucal se vea afectada durante el embarazo; programe una cita con su equipo dental hoy mismo.

¿Sabía usted?

Una de cada cuatro mujeres embarazadas tiene caries o enfermedad de las encías.[4]

Consejos útiles

Cuidado de los dientes durante el embarazo

- Programe al menos una visita al dentista durante el embarazo. Infórmele a su equipo dental que está embarazada y dígales su fecha de parto. Esto garantizará que usted reciba la atención más conveniente.
- Si sufre de náuseas matutinas, enjuáguese la boca con una cucharadita de bicarbonato de sodio en una taza de agua para evitar que el ácido ataque sus dientes.
- Consuma una dieta nutricional con menos alimentos con alto contenido de azúcar; evite los jugos, las bebidas con sabor a fruta o las gaseosas.
- Después de comer, mastique goma de mascar con xilitol o productos similares, como pastillas de menta, para ayudar a reducir las bacterias que pueden causar caries dental.

DELTA DENTAL®

¡Visítenos en línea para obtener más información sobre la salud bucal y la salud en general!

1 American College of Obstetricians and Gynecologists, "Oral Health Care During Pregnancy and Through the Lifespan—Committee Opinion No. 569," Obstetrics & Gynecology 122, no. 2, part 1 (2013): 417–22. **2** Li, Y et al., "Mode of Delivery and Other Maternal Factors Influence the Acquisition of Streptococcus Mutans in Infants," Journal of Dental Research 84, no. 9 (2005): 806–11. **3** National Maternal & Child Oral Health Research Center, "Oral Health Care During Pregnancy: A National Consensus Statement," web. **4** American Congress of Obstetricians and Gynecologists, "Dental X-Rays, Teeth Cleanings = Safe During Pregnancy," web.

Una sonrisa saludable, una vida feliz

Delta Dental of Arkansas, Indiana, Kentucky, Michigan, New Mexico, North Carolina, Ohio y Tennessee.

RC-6008-SP v1 PA 10/16