

Salud Dental y Embarazo



La salud dental (dientes, encías y boca) es una parte importante de su cuidado prenatal. El embarazo puede aumentar el riesgo de tener problemas de salud bucal debido a las siguientes causas:

- Aumento de las hormonas del embarazo.
 - Las hormonas más comunes son la progesterona y el estrógeno.
- Cambios en la manera de comer y los alimentos que consume.
- Cambios en la frecuencia con la que se cepilla los dientes y utiliza seda dental.
 - Esto puede ocurrir debido a que presenta problemas estomacales, vomita o se siente cansada.
- Los dientes están expuestos al ácido estomacal cuando vomita.

Entre los problemas dentales, se incluyen los siguientes:

- **Caries:** pequeños agujeros en la superficie de los dientes causados por gérmenes, alimentos y ácido en los dientes.
 - El cepillado y la limpieza con seda dental ayudan a eliminar los causantes de las caries.
- **Gingivitis:** enrojecimiento, inflamación, dolor y sangrado de las encías.
- **Dientes sueltos:** los altos niveles de hormonas del embarazo pueden aflojar los tejidos y huesos que mantienen los dientes en su lugar.
- **Enfermedad de las encías (enfermedad periodontal):** gingivitis que empeora. Puede provocar una infección en las encías y problemas con los huesos que sostienen los dientes. Si no se trata, puede provocar un parto prematuro o que los bebés nazcan con bajo peso.

- **Tumores del embarazo:** bultos que se forman en las encías, generalmente entre los dientes. Tienen un aspecto rojo de carne viva y sangran fácilmente. No son cáncer. Generalmente, desaparecen después de dar a luz.
- **Rotura dental (erosión):** se produce por un exceso de ácido estomacal en los dientes. Esto se produce debido a los vómitos que ocurren al comienzo del embarazo. El ácido puede dañar la superficie dura de los dientes.

Cómo prevenir problemas dentales

- Asegúrese de acudir a revisiones dentales regulares antes, durante y después del embarazo.
- Cepílese los dientes dos veces al día con pasta de dientes con fluoruro y lleve a cabo una limpieza con seda dental una vez al día.
- Si no se puede cepillar los dientes debido al vómito, use antiácidos (como Tums) o enjuáguese la boca con 1 cucharadita de bicarbonato de sodio diluido en 1 vaso de agua. Esto reducirá la cantidad de ácido en la boca.
- Coma alimentos saludables.
- Limite el consumo de alimentos y bebidas azucaradas.
- No fume.
- No beba alcohol.



¿Tiene alguna pregunta?

Llame a nuestra Línea de Consejos de Enfermería disponible las 24 horas. Estamos aquí para servirle.



Inglés: (888) 275-8750

Español: (866) 648-3537

TTY/TDD: 711

Distribuido por Molina Healthcare. Todo el material de este folleto es solo informativo. Este documento no sustituye las recomendaciones de su proveedor.

Si desea obtener esta información en otros idiomas y formatos accesibles, llame al Departamento de Servicios para Miembros. Este número telefónico se encuentra en el reverso de su tarjeta de identificación del miembro.



Your Extended Family.