¡Cepillo de dientes para niños gratis!

Envíe este cupón a:

Toothbrush
NE PRAMS DHHS
P. O. Box 95026
Lincoln, NE 68509-5026

NOMBRE_____

DIRECCIÓN_____

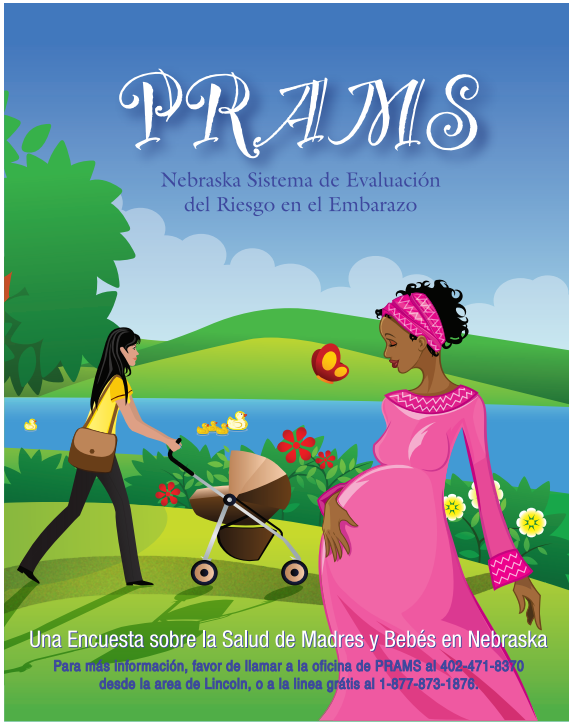
_____

_____

o solicite uno en línea en
www.dhhs.ne.gov/prams

1. Sistema de Monitoreo y Evaluación de Riesgos en el Embarazo de Nebraska (NE PRAMS) / datos de 2011. Servicios de Salud durante la Vida, Departamento de Salud y Servicios Humanos de Nebraska.

NE PRAMS es una encuesta continua que recopila datos de mujeres sobre los eventos antes, durante y poco después de su embarazo.



Para más información comuníquese con:

NE PRAMS
Lifespan Health Services
Nebraska Department of Health and Human Services
PO BOX 95026
Lincoln, NE 68509-5026
Tel. 1-877-873-1876
www.dhhs.ne.gov/prams

NEBRASKA
Good Life. Great Mission.
DEPT. OF HEALTH AND HUMAN SERVICES

PH-PAM-42-S (99996) Rev. 2/2018
(TSU 2/2018)

Si está embarazada visite al dentista

He aquí por qué

SISTEMA DE MONITOREO Y EVALUACIÓN DE RIESGOS EN EL EMBARAZO (PRAMS)

¿Por qué es importante el cuidado de la salud oral?

El embarazo es un periodo en el que usted necesita darle cuidado adicional a sus dientes y encías. Las acciones que tome pueden prevenir problemas de salud oral así como afectar la salud general de su niño por nacer.

Exámenes dentales

- Si planifica embarazarse, vea a su dentista para que cualquier problema posible se pueda controlar antes del embarazo.
- Todas las mujeres embarazadas deben ver a un dentista en el primer trimestre (1-12 semanas). Sin embargo, en Nebraska cerca de la mitad (54%) de las mujeres embarazadas reciben cuidado dental durante su embarazo1.
- Asegúrese de informar al dentista si está embarazada o cree que podría estarlo.
- Para ayuda al buscar un dentista, por favor llame a la Asociación Dental de Nebraska al 402-476-1704 o visite www.dhhs.ne.gov/dental para Clínicas Dentales en la Comunidad.

El 19% de las mujeres en Nebraska reportaron que tuvieron que ver a un dentista para un problema durante su embarazo, pero solo 71% de ellas reportaron que vieron a uno durante su embarazo1

Problemas comunes de salud oral durante el embarazo

- Encías sangrantes (gingivitis): La placa y un aumento en hormonas pueden hacer que sus encías se inflamen. Si tiene encías rojas, hinchadas o irritadas que sangren cuando se cepilla, vea al dentista.
- Tumores durante el embarazo (no cancerosos): Las protuberancias o hinchazones graves del tejido de las encías entre los dientes están relacionadas con el exceso de placa. Si esto ocurre, vea al dentista.
- Pérdida de hueso (enfermedad periodontal): Las mujeres con enfermedades periodontales tienen mayores probabilidades de tener un bebé prematuro o de peso bajo al nacer. Si no obtiene atención para las encías hinchadas eso puede causar pérdida de hueso alrededor de los dientes.
- Caries dentales – usted y su bebé: Cuando las bacterias que causan caries son propagadas al compartir utensilios o al limpiar un chupón con saliva, las madres pueden transmitirles caries a sus niños. Evite propagar bacterias y continúe con sus visitas dentales regulares.

¿Cómo puedo prevenir estos problemas?

- Deje de fumar.
- Asegúrese de visitar al dentista para limpiezas regulares.
- Cepíllese los dientes dos veces al día con pasta de dientes con fluoruro.
- Límpiese entre los dientes con hilo dental a diario.
- Pida consejos a su dentista o higienista sobre el cuidado para usted y su nuevo bebé.