¡CEPILLO DENTAL GRATIS!

Envíe este cupón a:

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

Nombre _____

Dirección _____

_____

1. Datos de 2007 de NE PRAMS (por sus siglas en inglés) Sistema para Monitorear la Evaluación de Riesgos de Embarazos de Nebraska. Lifespan Health Services, El Sistema de Salud y Servicios Humanos de Nebraska.

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

Pregnancy Risk Assessment Monitoring System

Para Más Información Contacte:

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/

DHHS
NEBRASKA

Revised August 2009
TSU-04-08

Si Usted está Embarazada Consulte con el Dentista

Descubra Por Qué

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

El embarazo es el tiempo cuando usted necesita cuidar más de sus dientes y encías. Las acciones que usted toma pueden prevenir problemas orales además de afectar la salud general del nonato.

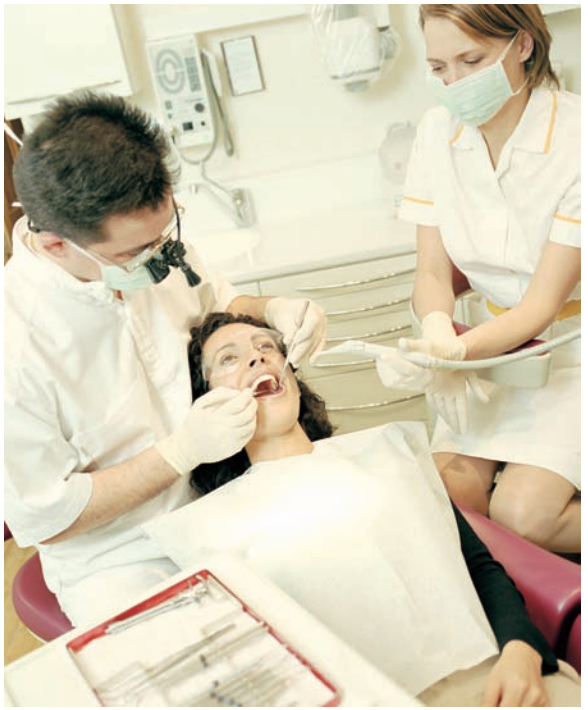
Chequeos Dentales

- Si usted está planeando embarazarse, consulte con su dentista para que cualquier posible problema pueda ser manejado antes del embarazo.
- Todas las madres que están embarazadas deben consultar con su dentista en el primer trimestre (1-12 semanas). De cualquier modo, en Nebraska, menos de la mitad (53%) de las madres embarazadas, obtienen cuidado dental durante el embarazo.
- Se le urge que le avise a su dentista si usted está o piensa que está embarazada.
- Parar obtener ayuda sobre cómo localizar a un dentista, por favor llame a *Nebraska Dental Association* al (402) 476-1704 o visite al www.dhhs.ne.gov/dental para enterarse de las clínicas dentales de la comunidad.

Acerca de una cada cuatro de las mujeres en Nebraska informan que ellas necesitaron ir al dentista por algun problema durante el embarazo pero nada mas 69% fueron al dentista por ese problema.

Problemas Comunes de la Salud Oral Durante el Embarazo

- **Desangramiento de las Encías (Gingivitis):**
  La placa y el aumento de hormonas pueden causar que sus encías se inflamen. Si usted padece de encías enrojecidas, inflamadas, o adoloridas que sangran cuando se cepilla los dientes, consulte con un dentista.
- **Tumores del Embarazo (no cancerosos)**
  El sobrecrecimiento o inflamación del tejido de las encías entre los dientes se relaciona al exceso de la placa. Si esto ocurre, consulte con un dentista.
- **Pérdida del Hueso (Enfermedad Periodontal)**
  Las mujeres con la enfermedad periodontal son más probables para tener un infante prematuro o de peso bajo. Si usted no consigue cuidado para las encías inflamadas esto puede resultar en la pérdida de hueso alrededor de los dientes.
- **Caries de los Dientes – Usted y su Infante**
  Los niños pueden infectarse con caries dentales de sus madres cuando la bacteria que causa la caries se pasa al compartir utensilios para comer o limpiar el chupón con saliva. Evite la propagación de bacteria y acuda a sus consultas dentales regulares.



¿Cómo Puedo Prevenir estos Problemas?

- Deje de Fumar
- Asegúrese de consultar con un dentista para limpiezas regulares.
- Cepíllese los dientes dos veces al día con pasta dental con flúor.
- Límpiese diariamente entre los dientes con hilo dental
- Pídele a su dentista o higienista dental consejos sobre cuidado para usted y su nuevo bebé