

# Salud Bucal y Embarazo

## SONRISAS SANAS PARA UNA NUEVA VIDA

### ¿AFECTARÁ EL EMBARAZO A MI SALUD BUCAL?

Durante el embarazo, las náuseas matutinas y los cambios hormonales pueden hacerle más susceptible a la enfermedad periodontal y a la caries dental causada por las bacterias que viven en su boca. La acumulación de placa dental puede hacer que las encías se hinchen mucho, estén muy sensibles y sangren con facilidad al cepillarse. Esta dolorosa condición se denomina "Gingivitis del Embarazo" y puede dificultar que la madre coma y duerma adecuadamente, al tiempo que genera estrés y ansiedad personal adicional.



### ¿PUEDEN ESTOS SÍNTOMAS DENTALES AFECTAR TAMBIÉN AL BEBÉ NONATO?



Estas condiciones también pueden afectar a la salud general y dental del bebé por nacer. A las seis semanas de embarazo, empiezan a formarse los brotes de los dientes de leche y, al nacer, ya se han desarrollado 20 dientes de leche bajo las encías. Es importante que la madre pueda consumir adecuadamente una dieta llena de nutrientes importantes para garantizar el buen funcionamiento del organismo y el crecimiento de su hijo.

### AUMENTE SU HIGIENE BUCAL REGULAR

Su higiene bucal diaria debe aumentar significativamente durante el embarazo para incluir el cepillado y el uso de hilo dental 2 - 3 veces al día. Si le duelen las encías, puede ser útil enjuagarse suavemente con agua tibia y bicarbonato de sodio.



### ¿ES IMPORTANTE EL CUIDADO DE LA SALUD BUCAL DURANTE EL EMBARAZO?



Todas las mujeres embarazadas deben acudir al dentista durante el primer trimestre. Una limpieza dental profesional para eliminar el sarro y la placa acumulada es muy recomendable para ayudar a prevenir la "Gingivitis del Embarazo". Otras necesidades dentales urgentes también pueden ser tratadas de forma segura por un dentista durante el primer o segundo trimestre si es necesario.

### ¡RECUERDE QUE SE ESTÁ CEPILLANDO POR DOS!

#### Contáctenos

OFICINA DE SALUD BUCAL DE NE DHHS  
[www.dhhs.ne.gov/dental](http://www.dhhs.ne.gov/dental)



Para obtener información sobre cómo cuidar la salud bucal de su hijo, escanee el código QR que figura a continuación



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

#### Referencias:

Academia Americana de Odontología Pediátrica  
Sistema de Seguimiento de Evaluación de Riesgo durante el Embarazo (PRAMS por sus siglas en inglés)

Esta publicación ha contado con el apoyo del Premio Número 1 NB01T0000039-01-00 financiado por los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades. Su contenido es responsabilidad exclusiva de los autores y no representa necesariamente la opinión oficial de los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades ni del Departamento de Salud y Servicios Humanos.