

## Salud Oral en el Embarazo

## El cuidado de las encías y los dientes de tu bebé

**Durante el embarazo es importante:**

Cepillarse los dientes

Utilizar hilo dental

Consumir alimentos saludables

Visitar al dentista

**¿Qué problemas bucales puede desarrollar durante su embarazo?**

**Gingivitis del embarazo:** se produce cuando la placa dental se acumula en los dientes e irrita la encía.

Los síntomas incluyen:

encías enrojecidas

inflamadas

sangrado con frecuencia

La gingivitis del embarazo ocurre porque los niveles hormonales aumentan la manera en que las encías reaccionan a la presencia de la placa acumulada en las encías.

**¿Qué esperar al visitar al dentista durante el embarazo?**

Al momento de programar la cita informe a su médico que está embarazada.

Las radiografías, las anestésicas, los medicamentos para el dolor y los antibióticos no están indicados durante el primer trimestre, a menos que sea necesario.

- Use una cuchara diferente para probar la comida de su bebé. Los gérmenes pueden pasar de su boca a la boca del bebé.
- Limpie las encías del bebé después de cada comida, aun cuando no tenga ningún diente.
- Use una toallita limpia y húmeda o un cepillo dental para bebés con cerdas suaves y de cabeza pequeña.
- Cuando le salga el primer diente al bebé (usualmente alrededor de 6 a 10 meses) empiece a cepillarle los dientes con pasta con fluoruro dos veces al día.
- Nunca ponga a dormir al bebé con el biberón lleno de leche materna, fórmula, jugo o bebidas azucaradas como bebidas con sabor a fruta o refrescos (sodas).
- Lleve a su bebé al dentista antes de su primer año para que le revise sus dientes y encías.

### Aspecto Social y Emocional

Para recomendaciones, herramientas y recursos de cómo usted y su familia pueden afrontar las preocupaciones emocionales y físicas que se presentan durante el cuidado oral, por favor visite al dentista o comuníquese a las siguientes líneas telefónicas:

### Línea de Consejería Médica

1-844-347-7801

TTY/TDD 1-844-347-7804

### APS Healthcare

787-641-9133

#### Referencias:

[https://www.mchoralhealth.org/PDFs/pregnancybrochure\\_sp.pdf](https://www.mchoralhealth.org/PDFs/pregnancybrochure_sp.pdf)

<https://medlineplus.gov/spanish/dentalhealth.html>

<https://www.colgate.com/es-mx/oral-health/oral-care-during-pregnancy/pregnancy-prenatal-care-and-oral-health>

Preparado por Educadores en Salud licenciados. Revisado julio 2021. ©First Medical Health Plan, Inc.