



EMBARAZO y DENTISTA DURANTE LA GESTACIÓN.

En la vida de una mujer, los mayores cambios fisiológicos y hormonales ocurren durante el embarazo. Éste cambia el cuerpo de la mujer en muchas formas, y una de ellas es que ocasiona ciertos cambios en la cavidad bucal.

Es imprescindible que las pacientes consulten al odontólogo antes del embarazo y al menos una vez cada trimestre durante la gestación. Toda mujer embarazada debe realizar un diagnóstico de su estado oral y recibir información acerca de los correctos hábitos de salud bucal, para disminuir los riesgos de enfermedades orales en ella y en su futuro bebé.

IDEALMENTE, LA PRIMERA VISITA DEL BEBÉ AL ODONTOPEDIATRA DEBERÍA SER ANTES DEL NACIMIENTO.

En esta visita se informa a la futura madre de aspectos tan importantes como son el amamantamiento, la higiene oral del bebé, la primera dentición y cómo limpiarla y se dan una serie de indicaciones para que la futura madre sepa cómo ha de actuar para mantener la salud de la boca de su hijo.

Gingivitis (inflamación de las encías): Es el hallazgo oral más frecuente en embarazadas. La gingivitis consiste en una inflamación de las encías que se encuentran más enrojecidas, sensibles y con tendencia al sangrado espontáneo o ante estímulos como el cepillarse los dientes o masticar. Si una mujer presenta gingivitis, la enfermedad se suele agravar durante el embarazo.

Caries: No se ha demostrado una relación directa entre la caries y el embarazo; sin embargo, el embarazo propicia una serie de cambios en la conducta alimentaria y a nivel bucal que pueden promover la formación de cavidades. La futura madre debe tomar en cuenta que los carbohidratos (azúcares) refinados son más cariogénicos (causan más

caries) y por ello debe procurar evitarlos. Si una embarazada los ingiere entre comidas, se aconseja que se lave los dientes inmediatamente después.

PUNTOS DE INTERES

- ✓ Cuando se esté planeando un embarazo o cuando se sepa que está embarazada, la mujer debería visitar a su dentista para que le realicen un examen bucal y se le indique el riesgo de enfermedad periodontal y caries, así como las medidas preventivas a seguir. Si la mujer padece de gingivitis o periodontitis antes del embarazo, esta situación se puede agravar.
- ✓ Si la embarazada padece de reflujo o vómitos, el esmalte de los dientes puede erosionarse. El dentista puede indicarle diversas medidas para neutralizar los ácidos del estómago y evitar la aparición de cavidades y/o sensibilidad dental.
- ✓ Debe mantener una higiene oral minuciosa: cepillarse después de cada comida o merienda y pasarse el hilo dental entre los molares cada noche. Si su dentista lo indica, pueden utilizarse enjuagues de flúor o clorhexidina, así como chicles a base de xilitol.
- ✓ La alimentación puede influir en el crecimiento y desarrollo de los dientes del bebé. Es muy importante mantener una dieta equilibrada y evitar el consumo de dulces, zumos industriales, bollería y refrescos, especialmente entre comidas.
- ✓ Una vez nacido el bebé, se pondrán en práctica una serie de actuaciones encaminadas a intentar evitar que él padezca caries dental en un futuro. Cuando le nazca el primer diente de leche, es indispensable limpiarle la boca después de la lactancia o el biberón.
- ✓ Debe evitarse transmitir al bebé las bacterias de la boca que se contagian a través de la saliva, evitando hábitos como compartir cucharas, limpiar el chupete metiéndolo en la boca del adulto, etc.
- ✓ Siguiendo las recomendaciones de los principales organismos odontopediátricos mundiales, se recomienda llevarlo al Odontopediatra para su primera visita coincidiendo con su primer cumpleaños.