

CONSEJOS DENTALES PARA MUJERES EMBARZADAS

Para Mama



- Es sumamente importante decirle a la recepcionista que estás embarazada al hacer la cita dental y también decírselo al dentista a la hora de tu cita. Ciertos procedimientos como rayos-x y medicinas para el dolor pueden dañar a tu bebe que todavía no ha nacido y también hay ciertas etapas durante el embarazo cuando es mejor para recibir el tratamiento. ¡Deja el tratamiento dental que es extensivo o cosmético para cuando nazca el bebe!
- Continua a visitar a tu dentista para limpieza y chequeos rutinarios. Así ayudas a eliminar la bacteria que causa caries y también a mantener los dientes y las encías saludables.
- Cepilla los dientes y usa el hilo dental tres veces al día, especialmente concentrando en el borde de las encías.
- Si sufres de nauseas y mareos, cambia a una pasta dental blanda y no te laves los dientes cuando las síntomas son peores.
- Busca consejo de tu dentista o doctor si tus encías te duelen, están hinchadas, o sangran. Esto es señal de gingivitis de embarazo, lo cual puede ser señal temprana de problemas.

¿SABÍAS QUE...?

Durante **el embarazo**, tus dientes y encías son sensibles a la bacteria que causa caries por causa de los altos niveles de hormonas. ¡Altos niveles de bacteria pueden causar infecciones que pueden pasar por todo tu cuerpo y podrían provocar **parto prematuro u otras complicaciones!**

Es importante recordar que lo que sucede con tu cuerpo afecta el desarrollo de tu bebe nonato; aun sus dientes futuros (los cuales empiezan a desarrollar alrededor del tercer mes de embarazo).

Cuando Nazca Tu Bebé

- Come una dieta sana y balanceada. Es muy importante para tu salud y la de tu bebe.
- Limpia ligeramente las encías y la lengua de tu bebé con una toallita limpia y mojada después de cada alimentación.
- Nunca “limpies” el chupón de tu bebé con tu propia boca. La bacteria que causa caries puede pasar de tu boca a la de tu bebe. Si se ensucia el chupón, enjuágalo con agua o cámbialo con uno limpio.
- Nunca dejes que tu bebé duerma con biberón. Esto puede resultar en “putrefacción dental por el biberón” y problemas del oído medio con el transcurso del tiempo.
- Nunca unjas el biberón de tu bebé con miel ni otra sustancia azucarada. Azúcar puede causar caries dentales en el futuro y la miel contiene una bacteria que puede enfermar a los niños pequeños.



Visita nuestra página del internet
www.wcif.org/?ECDN para más información
sobre higiene dental para niños y como
obtener cuidado dental en el oeste-central de
Minnesota

