

GUÍA PARA EL CUIDADO BUCODENTAL EN EMBARAZADAS



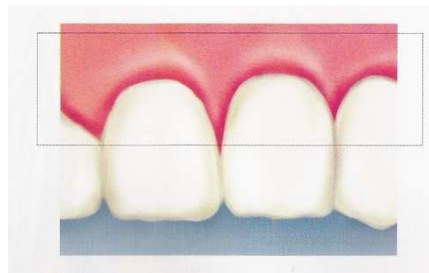
REMEDIOS OLIVARES SANABRIA

ODONTÓLOGA

Nº Colegiada: 236

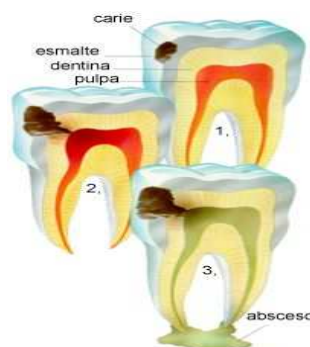
Enfermedades orales relacionadas con el embarazo:

-**Alteraciones en la encía:** Durante el embarazo puede aparecer **GINGIVITIS** (sangrado, enrojecimiento e inflamación de las encías), esto puede deberse a los cambios hormonales (estrógenos) que a veces van acompañados de mala higiene y modificaciones en el pH de la saliva.



- **Alteraciones en los dientes:** Se ha visto que durante el embarazo hay un mayor aumento de **CARIES**, esto puede deberse a los cambios en la composición de la saliva y la flora oral, vómitos por reflujo, higiene defectuosa y cambios en los hábitos alimenticios y horarios.

Uno de los conceptos erróneos más extendidos es la posibilidad de descalcificación de los dientes debido a las mayores exigencias de Calcio que se necesitan durante el embarazo. El Calcio de los dientes, sin embargo, está en forma cristalina estable y por tanto no disponible para las necesidades maternas.



Cuidados odontológicos en la paciente embarazada:

En el segundo trimestre es el período más seguro para realizar los tratamientos dentales habituales. Se evitarán tratamientos dentales prolongados.

- **Educación en higiene oral:** se le realizará una limpieza dental y se le enseñará una buena técnica de cepillado para eliminar la placa bacteriana y disminuir el efecto que los cambios hormonales producen en la encía. También haremos hincapié en una dieta no cariogénica durante el embarazo (al final de la guía se adjunta tabla del nivel de cariogenicidad de los alimentos).



- **Radiografías dentales:** en principio las radiografías dentales están contraindicadas, especialmente durante el primer trimestre que es cuando el feto está en desarrollo. En el caso de que sea imprescindible realizar una radiografía, utilizaremos un delantal plomado de protección, ya que se ha demostrado que su uso disminuye casi a la nulidad la radiación.
- **Empleo de fármacos:** si es preciso administrar algún fármaco porque presenta alguna infección o dolor agudo, se utilizarán fármacos seguros sin que supongan ningún riesgo ni para la madre ni para el feto.

Tabla de cariogenicidad de los alimentos

	ESCALA	ALIMENTO	SUSTANCIA	
	10	Dulces, azúcar, bebidas azucaradas, miel, uvas...	Sacarosa	
	8	Pan y cereales refinados	Glucosa, fructosa, almidón cocinado	
	5	Pastas, patatas, algunas frutas	Ciertos almidones cocinados, lactosa	
NO CARIOGÉNICOS	2	Vegetales cocinados y frutas	Almidón crudo	
	1	Vegetales crudos, frutas, legumbres, leche	Sorbitol, manitol	
	0	Carnes, huevos, queso, cacahuètes, aceitunas, pescados	Xylitol, sin hidratos de carbono	
		RIESGO LEVE	RIESGO MODERADO	RIESGO ALTO
Tipo de alimentos		Azúcar en solución	Sólidos azucarados no pegajosos	Sólidos azucarados pegajosos
Frecuencia ingesta		Menos de 3 exposiciones al día	De 3-6 exposiciones al día	Más de 6 exposiciones al día
Oportunidad ingesta		Con las comidas	Entre comidas y/o antes de dormir	Incremento de la frecuencia

CLINICA DENTAL OLIVARES

C/CAPITÁN GRANT, 4. BAJO. 02003. ALBACETE

TLF: 967672777



CLINICA DENTAL OLIVARES

info@clinicadentalolivares.es

www.clinicadentalolivares.es