

Queremos que usted sepa™



# Salud Oral

Información que le ayudará a mantener la mejor sonrisa y salud general

## ¿Sabía?

Un estudio demostró que 44 por ciento de las mujeres embarazadas se han quejado de tener la boca seca.

## La salud oral y su embarazo.

El embarazo afecta casi todos los aspectos de la vida de una mujer, incluyendo su salud oral. Probablemente piense en la salud oral como otra cosa de la cual preocuparse, pero el cuidado de la boca y los dientes es importante durante el embarazo. Estos son algunos problemas de la salud oral asociados con el embarazo.

### Gingivitis del embarazo

La mayoría de las mujeres notan cambio en sus encías durante el embarazo. Algunas notan que sus encías parecen estar más rojas y que sangran cuando se cepillan los dientes. Otras pueden tener inflamación y sangrado severos de las encías. Todos estos cambios son conocidos como la "gingivitis del embarazo". Puede comenzar desde el segundo mes, tiende a ser más crítica alrededor de los ocho meses y comienza a desaparecer después del nacimiento del bebé.

La gingivitis del embarazo es más común en la parte frontal de la boca. Los síntomas son los mismos de la gingivitis, pero algunas de las causas son diferentes. El elevado nivel hormonal puede ser parcialmente responsable de la gingivitis del embarazo. Durante el embarazo, el

nivel de progesterona en su cuerpo puede ser 10 veces mayor que el normal, lo que puede aumentar la proliferación de ciertas bacterias que causan la gingivitis. Además, su sistema inmunológico puede funcionar diferentemente durante el embarazo, lo que puede cambiar la forma en que su cuerpo reacciona a las bacterias que causan la gingivitis.

Practique una buena higiene oral para reducir al mínimo los efectos de la gingivitis del embarazo: Cepílese los dientes dos veces al día (por lo menos dos minutos cada vez) y use hilo dental. El uso de un enjuague bucal también puede ayudarle a controlar la infección de las encías. Algunos dentistas sugieren el uso de enjuagues sin base de alcohol, pero no se tiene certeza sobre si los enjuagues a base de alcohol tienen un efecto negativo en el embarazo. Las mujeres embarazadas deben ir al dentista para chequear la salud de sus encías. La gingivitis del embarazo normalmente puede ser tratada con una limpieza profesional. Esto puede hacerse en cualquier etapa durante su embarazo.

Las terapias más agresivas, como la cirugía periodontal, deben hacerse sólo en casos de emergencia. Es mejor que dichos procedimientos se hagan durante el segundo trimestre del embarazo. En casos que no son de emergencia, es mejor posponer estos procedimientos hasta después del nacimiento del bebé.

## P: ¿Pueden afectar al feto los problemas de la salud oral?

**R:** Los estudios indican que la enfermedad periodontal (periodontitis o enfermedad de las encías) puede aumentar el riesgo de que una mujer tenga un parto prematuro (antes de la semana 37 del embarazo) o de que el bebé tenga bajo peso al nacer (menos de 2,500 gramos o aproximadamente 5.5 libras). La enfermedad periodontal es una infección bacteriana y los investigadores piensan que las bacterias o las toxinas producidas por las bacterias pueden viajar por el torrente sanguíneo y estimular el trabajo de parto prematuro. Se están haciendo más estudios sobre este tema.

**P:** ¿Es seguro ir al dentista durante el embarazo?

**R:** La mejor etapa del embarazo en la cual recibir atención médica de rutina es el segundo trimestre. Si es posible es mejor evitar los procedimientos mayores, la reconstrucción y la cirugía hasta después de que nazca el bebé.

Trate de evitar las visitas al dentista durante el primer trimestre y la segunda mitad del tercer trimestre. Durante el primer trimestre, los sistemas orgánicos del feto están en pleno desarrollo y el feto es muy sensible a las influencias del entorno. En la segunda mitad del tercer trimestre, se corre el riesgo del parto prematuro porque el útero es muy sensible a las influencias externas. Asimismo, hacia el final de su embarazo, puede resultar incómodo sentarse en la silla del dentista. Después de la semana 20 del embarazo, las mujeres embarazadas no deben echarse boca arriba, sobre la espalda, durante períodos prolongados debido a que esto puede ejercer presión sobre los vasos sanguíneos grandes y causar cambios en la circulación.

Visite nuestro sitio de Internet Simple Steps To Better Dental Health® (pasos simples para una mejor salud dental) en [www.simplestepsdental.com](http://www.simplestepsdental.com), donde encontrará más información sobre muchas condiciones y tratamientos dentales, noticias, ilustraciones, herramientas interactivas ¡y más!

La información de este volante fue obtenida de [www.simplestepsdental.com](http://www.simplestepsdental.com) y fue revisada por el cuerpo docente de la Facultad de Odontología y Cirugía Oral de la Universidad de Columbia.

Aetna es la marca utilizada para los productos y servicios proporcionados por una o más de las compañías subsidiarias del grupo Aetna. Esas compañías incluyen: Aetna Health Inc., Aetna Health of California Inc., Aetna Health of the Carolinas Inc., Aetna Health of Illinois Inc., Aetna Life Insurance Company, Aetna Dental Inc. y/o Aetna Dental of California Inc.

La información provista a través del sitio de Internet de Aetna IntelliHealth® es provista "TAL CUAL" sin garantía explícita ni implícita de ningún tipo, incluyendo, entre otras, las garantías implicadas de la comercialidad o aptitud para un propósito particular y es presentada sin ninguna garantía relativa a su confiabilidad, precisión, oportunidad, utilidad o totalidad. La información provista por Aetna IntelliHealth sólo tiene fines informativos, no consiste en un consejo médico ni dental y no tiene la intención de suplir la atención médica o dental apropiada que puede proporcionar un médico o dentista. Aetna no recomienda la auto-administración de los problemas dentales o médicos, ni fomenta ninguna forma específica de tratamiento dental o médico. Por favor consulte a su proveedor médico para la recomendación y el cuidado apropiado para sus necesidades médicas específicas. Si bien se cree que la información dada en el presente documento es exacta a la fecha de su impresión, está sujeta a cambios.

## Granuloma del embarazo (epulis o tumor del embarazo)

Un granuloma del embarazo (también conocido como granuloma piógeno o tumor del embarazo) es un crecimiento de las encías que ocurre en un 2 o 10 por ciento de las mujeres embarazadas. Los tumores del embarazo tienen un nombre equívoco. En realidad no son tumores y no son cancerosos. Ni siquiera son peligrosos, pero sí pueden causar malestar.

Los granulomas del embarazo normalmente se desarrollan en el segundo trimestre. Son nódulos rojos que normalmente se encuentran en la parte superior de las encías, pero también pueden aparecer en otras partes de la boca y hasta en los dedos de las manos y de los pies. Sangran fácilmente y pueden ulcerarse o formar costra. Los granulomas del embarazo normalmente están sujetos a las encías o membrana mucosa por un tallo de tejido.

No se sabe qué causa los granulomas del embarazo, aunque se sospecha del trauma, las influencias hormonales, virus y deformaciones de los vasos sanguíneos. La mala higiene oral puede aumentar el riesgo de desarrollar un granuloma del embarazo. Las mujeres con granulomas del embarazo por lo general también tienen gingivitis del embarazo.

Los granulomas del embarazo desaparecerán después del nacimiento de su bebé. Si un crecimiento interfiere con el habla o con comer, probablemente sea necesario extirparlo antes del parto. Sin embargo, en el 50 por ciento de los casos el crecimiento regresará después de ser extirpado.

## Erosión de los dientes

En las mujeres con casos graves de náuseas matutinas, los vómitos frecuentes pueden causar la erosión del esmalte de la parte de atrás de los dientes frontales. Si usted está vomitando con frecuencia, comuníquese con

el consultorio de su dentista para obtener información sobre cómo prevenir la erosión del esmalte.

## Boca seca

Muchas mujeres embarazadas se quejan de tener la boca seca. Un estudio determinó que el 44 por ciento de las mujeres embarazadas tienen esta condición. La boca seca se puede combatir con el consumo de mucha agua y el uso de caramelos sin azúcar o chicle para mantener la boca húmeda.



## Salivación excesiva

Con menor frecuencia las mujeres embarazadas sienten que tienen demasiada saliva en la boca. Esta condición ocurre en la etapa inicial, desaparece al final del primer trimestre y puede estar asociado con las náuseas.