



ORAL HEALTH KANSAS
ADVOCACY • PUBLIC AWARENESS • EDUCATION

SERIE DE CONSEJOS Y TRUCOS

El Embarazo y la Salud Bucal

Cuidar su boca durante el embarazo es importante para mantenerse sana, tanto usted como su bebé.

El embarazo puede afectar su boca:

- Encías: Durante el embarazo, las encías pueden ponerse rojas, hincharse o sangrar más fácilmente.
- Caries: Los cambios en la alimentación y el cuidado de la boca pueden aumentar el riesgo de caries.
- Náuseas y vómitos: El ácido del estómago al vomitar puede dañar el esmalte de los dientes.

Mantenga su boca sana:

- Cepílese los dientes dos veces al día con pasta dental con flúor.
- Limpie entre los dientes todos los días.
- Tome agua con frecuencia y limite los alimentos y bebidas con azúcar añadida.
- Visitas al dentista regularmente.
- Cuide sus dientes desde ahora. Los microbios que causan caries pueden pasar de su boca a la de su bebé después de nacer.

Llame al dentista si nota...

- Encías rojas, hinchadas, adoloridas o que sangran fácilmente.
- Dolor o sensibilidad en los dientes.
- Hinchazón en la boca o la cara.
- Una llaga u otro cambio que no des.



¿Quiere saber más?

Más consejos de la serie sobre el embarazo:

- El embarazo puede cambiar su boca
- Atención dental durante el embarazo: ¿Es segura?
- ¿Tiene náuseas y vómitos? Proteja sus dientes