

Extremar las medidas higiénicas

# Salud bucal y gestación



Dra. G. Rosina Brovia Casella  
Especialista en Odontopediatría (UdelaR)  
Jefa Interina de la Unidad Odontología Preventiva del CASMU  
Gestión de Servicios de Salud (UdelaR)

**E**n la vida de una mujer, los mayores cambios fisiológicos y hormonales ocurren durante el embarazo, la cavidad bucal se puede ver afectada con la agudización o iniciación de enfermedades, que afectan tanto la salud de la madre como la del bebé.

Los cambios hormonales, el aumento en la acidez y la fluidez de la saliva, una dieta rica en harinas y azúcares. Vómitos, reflujo gástrico y una higiene bucal inadecuada, favorecen la aparición o el agravamiento de las caries y de la enfermedad paradencial.

La encía es un tejido muy susceptible a los cambios hormonales, a partir del primer trimestre es muy común que presente una apariencia enrojecida y que a veces sangre tras el cepillado (esto se conoce como gingivitis del embarazo), en el segundo y tercer trimestre es frecuente observar gingivitis con sangrado incluso espontáneo.

**Durante el embarazo, la cavidad bucal necesita atención especial**



Para evitar que esto vaya a más es importante que además de una dieta adecuada se extremen las medidas higiénicas, previniendo la acumulación de placa bacteriana.

La placa bacteriana, o biofilm es una película blanda formada principalmente por bacterias, ésta se adhiere a las estructuras dentales y a la encía, de no ser eliminada se convierte en sarro. La placa bacteriana se remueve con el cepillo y el hilo dental.



Si la gingivitis no se controla puede evolucionar a una periodontitis, esta infección no solo afecta a las encías, sino que destruye el hueso y los tejidos que sostienen los dientes.



Las embarazadas que padecen enfermedad de las encías (enfermedad paradencial) tienen más probabilidades de dar a luz a un bebé prematuro o de bajo peso al nacer, pues la enfermedad paradencial causa niveles altos

de fluidos biológicos que inducen el parto.

La caries es una enfermedad de origen infeccioso, donde además tienen que estar presentes otros factores (dieta, higiene y bacterias deben coincidir por un lapso) determinándose así la desmineralización, disolución y degradación de las matrices mineralizadas de los tejidos dentarios.

Dieta adecuada e higiene bucal correcta son la clave para la prevención de la caries.



Las madres que padecen caries o antecedentes de riesgo de caries son más propensas a presentar altos niveles de bacterias (*Streptococo Mutans*) en su saliva.

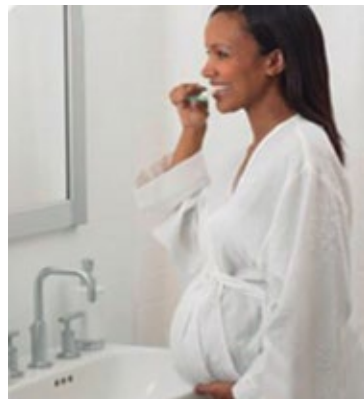
Las bacterias que ocasionan las caries en la primera infancia son adquiridas por transmisión directa de la saliva de las madres. Cuanto más temprana sea la transmisión y más cariogénica la dieta del bebé, mayor será la transferencia y mayor será el riesgo de desarrollar caries precoz en la infancia.



Durante el embarazo, la cavidad bucal necesita atención especial.

El cepillado bucal debe realizarse no menos de 3 veces por día, el uso de hilo dental y enjuagues bucales con flúor y antiséptico al menos una vez por día, alimentación con una dieta equilibrada, evitando el consumo excesivo de refrescos, jugos envasados, azúcares refinados y harinas que fomentan sin lugar a dudas la aparición o el incremento de estas patologías orales.

Es importante realizar los controles odontológicos cada 3 meses, si fueran necesarios tratamientos éstos se pueden hacer durante el embarazo, lo ideal es llegar al parto con la boca en buenas condiciones de salud.



También existen otras complicaciones bucales que, aunque no las padecen todas las embarazadas y no revisten gravedad, pueden resultar molestas.

## Granuloma piógeno



Puede darse entre el cuarto y el sexto mes de embarazo y es una tumoración gingival con forma de hongo que sangra con mucha facilidad y que casi siempre

desaparece por sí sola después del parto.

## Halitosis

El reflujo gastroesofágico, los vómitos, la aparición de caries potencian el mal aliento. Lo más importante es extremar las medidas higiénicas, sobre todo limpiando la placa entre los dientes con seda dental y tratar de mantener hidratada la boca bebiendo agua con frecuencia (la sequedad empeora la halitosis.)

## Aftas bucales



Debido a la depresión del sistema inmunológico, (baja de defensas) en el embarazo algunas mujeres sufren aftas las mismas tienen un periodo de evolución de entre 7 y 10 días.

Es aconsejable realizar enjuagues con antisépticos que contengan clorhexidina, para evitar sobreinfecciones bucales.

## Síndrome de la boca seca

La saliva adquiere una consistencia más viscosa, lo que potencia la aparición de caries. Para disminuir la

sensación de sequedad se recomienda beber mucha agua y evitar el café y el azúcar.

## Conclusiones

- Por todos los motivos antes expuestos es que los controles odontológicos durante el embarazo están dentro de las rutinas que debe realizarse la embarazada.
- Toda mujer embarazada debe ser evaluada y diagnosticada por un odontólogo
- Realizar una correcta y asidua higiene oral.
- Tener una dieta adecuada.
- La higiene y la dieta son determinantes de las enfermedades más comunes de la cavidad oral.
- Es importante llegar al parto con la cavidad oral en buenas condiciones
- Las caries y las enfermedades de las encías son evitables inclusive durante el embarazo.

En el Sanatorio 3 de CASMU contamos con el Servicio Odontológico para púerperas y gestantes, todas las gestantes de la institución son evaluadas, diagnosticadas y orientadas por el equipo Odontóloga – Higienista.

Luego del nacimiento del bebé nuevamente es controlado el estado oral de la púerpera, además de recibir educación para la salud dirigida al binomio madre-hijo.

Este servicio recibe a las gestantes por orden de llegada de lunes a viernes en el horario de 08:00 a 12:00 horas.

