

SALUD ORAL

DURANTE EL EMBARAZO



Cuando estás en espera de un nuevo miembro de la familia, tu salud oral es importante tanto para ti como para la salud de tu bebé. Te dejamos unos consejos para que sigas cuidándote durante el embarazo.

VISITA AL DENTISTA

El dentista te realizará los exámenes dentales de rutina y las limpiezas. Esto te ayudará a mantener tus dientes y encías sanos durante el embarazo para evitar problemas comunes.

Programa tu consulta con el dentista durante el cuarto al sexto mes de tu embarazo. En este periodo es cuando finaliza la formación de la gran mayoría de los principales órganos del bebé y los productos que se utilizan en consulta no afectan directamente al bebé.

Si vas al dentista durante el primer trimestre, infórmale del embarazo y hazte únicamente una revisión con una limpieza rutinaria. El dentista evitará las radiografías, los anestésicos, las medicaciones para el dolor y los antibióticos a menos que sea totalmente necesario.

EL EMBARAZO Y LA SALUD ORAL

El embarazo aumenta las hormonas en tu cuerpo. Las hormonas, tales como el estrógeno y la progesterona, pueden afectar la salud oral. Algunos síntomas

comunes que puedes experimentar durante el embarazo son:

- Mayor riesgo de enfermedades de las encías, incluso la gingivitis.
- Caries por el ácido debido a las náuseas matutinas.
- Encías adoloridas o inflamadas.
- Sangrado de las encías.
- Mal aliento.

CUIDA TU SALUD ORAL

- Mantén una alimentación balanceada.
- Cepíllate los dientes dos veces al día con una pasta con fluoruro.
- Usa hilo dental a diario.
- Enjuaga tu boca con agua y una cucharadita de bicarbonato de sodio. Así contrarrestarás el efecto de los ácidos estomacales en tus dientes, debido a las náuseas matutinas.
- Visita tu dentista para limpiezas y exámenes de rutina.

Habla con tu dentista y tu obstetra para que te ayuden a determinar los cuidados para una salud oral adecuada, según el trimestre.



Para más información, comunícate con la
Unidad de Manejo Clínico al **787.706.2552**
o commercialclinicalmanagement@ssspr.com



Triple-S Salud, Inc. cumple con las leyes federales aplicables de derechos civiles y no discrimina en base a raza, color, origen de nacionalidad, edad, discapacidad, o sexo. Triple-S Salud, Inc. complies with applicable federal civil rights laws and does not discriminate because of race, color, national origin, age, disability, or sex. ATENCIÓN: si habla español, tiene a su disposición servicios gratuitos de asistencia lingüística llame al 787-774-6060, Libre de costo 1-800-981-3241. (TTY/TDD) al 787-792-1370 o 1-866-215-1999. ATTENTION: If you speak English, language assistance services, free of charge, are available to you. Call 787-774-6060, Free of charge 1-800-981-3241. (TTY/TDD) 787-792-1370 or 1-866-215-1999. Concesionario Independiente de BlueCross BlueShield Association. TSS-EDS-3736-2022-A