

Preguntes freqüents

L'embarassada ha de visitar el dentista? És segur? Sí, és totalment necessari per una salut integral durant l'embaràs.

Què passa si durant l'embaràs apareix una urgència dental i cal fer una radiografia? Les radiografies no estan contraindicades durant l'embaràs. S'han d'evitar lesde control rutinari però davant una urgència poden ser necessàries. La radiació és mínima i el dentista prèn totes les mesures adequades per reduir els riscos.

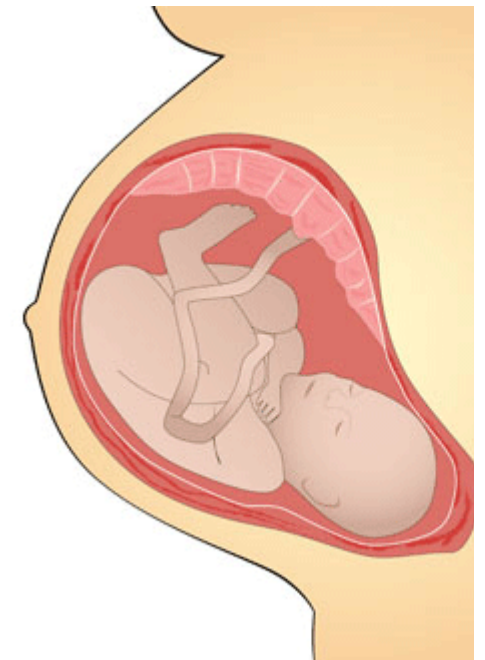
Cada embaràs costa una dent? No, ja que el calci que necessita el nadó prové de l'alimentació i no de les dents. Per això és important una dieta equilibrada amb productes làctics.

És cert que els vòmits poden malmetre les dents? Sí, els vòmits excessius i els àcids gàstrics poden provocar una pèrdua de minerals de les dents i afavorir l'aparició de càries.

Què puc fer per tenir una boca sana durant l'embaràs? El més important és un bon raspallat amb pasta fluorada com a mínim 2 vegades al dia, juntament amb el fil de seda i un col·lutori de fluor.

Si tinc la boca sana, ajudo a que el nadó no tingui problemes a les seves dents? Quan el nadó ha nascut, els bacteris que provoquen càries poden transmetre's de la boca de la mare a la del nadó. Els bacteris es transmeten a través de petons, la cullera, biberó i xumet.

Salut bucodental en la dona embarassada i el recent nascut



Què passa a la nostra boca durant l'embaràs?

Els principals processos fisiològics que tenen relació amb la cavitat oral durant el període gestacional són les nàusees, els vòmits, la sequedat bucal, la càries i la gingivitis de l'embaràs.

Els **vòmits i nàusees** provoquen desgast dental degut al medi àcid que creen a la cavitat oral.

La **sequedat bucal** és deguda al canvi hormonal i a certs medicaments. Aquesta sensació millora amb la ingesta habitual d'aigua.

La **gingivitis de l'embaràs** es caracteritza per una geniva vermella, inflamada i sagnant.

Aquesta és deguda als canvis hormonaus i a la presència de placa bacteriana. Apareix en el 60-75% dels casos, essent més freqüent entre el tercer i vuitè mes de l'embaràs, i sol desaparèixer després de l'embaràs.

Algunes vegades s'hi associa una protuberància benigna provinent de la geniva anomenada èpulis gravídica.

Durant l'embaràs, és important realitzar un bon tractament periodontal i de la gingivitis amb els procediments corresponents: **higiene, raspats...**

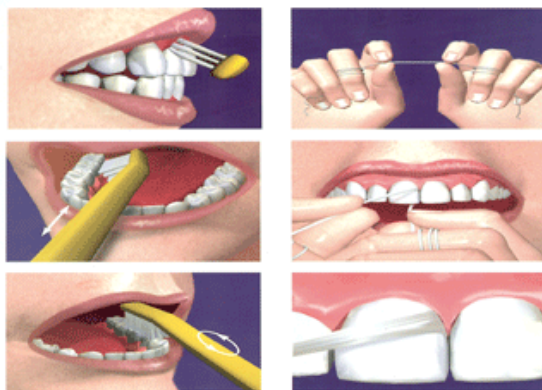


Càries i gingivitis

L'objectiu més important en la dona embarassada és establir un medi ambient oral sà per tal d'evitar l'aparició de qualsevol patologia bucal.

L'única manera d'aconseguir-ho és que la gestant tingui cura d'ella mateixa per tal de controlar la presència de placa bacteriana.

És necessari que es raspalli 3 vegades al dia, utilitzi el fil dental, faci glopejos de fluor i d'agents antisèptics i que visiti al dentista per realitzar-se una profilaxis professional per tal de remoure el sarro supra i subgingival.



Tractament dental

En cas que la gestant prescisi tractament dental degut a que presenta dolor, infecció o bé tingui una urgència dental, aquest **no s'ha de posposar** ja que el benefici és superior respecte els mínims riscos que comporta.

És necessari curar les càries i la gingivitis per a disminuir els nivells bacterians orals i **disminuir el risc** de transmissió salivar al **recent nascut**.

El **segon trimestre** és l'ideal per realitzar qualsevol tractament.

Consells

Durant l'embaràs

- ✓ Visitar al dentista almenys una vegada
- ✓ Tenir cura de la boca: raspallar les dents i les genives amb un raspall petit i suau per evitar nàusees, usar col·lutori de fluor i fil dental
- ✓ Mantenir una dieta sana: evitar aliments ensucrats i no menjar entre hores, menjar fruita fresca en comptes de suc industrial i evitar les begudes carbonatades.
- ✓ En cas de nàusees i vòmits freqüents: prendre petites quantitats de fruita, vegetals, iogur o formatge durant el dia, utilitzar col·lutori fluorat cada dia i glopejar aigua després de cada vòmit.

Després de l'embaràs

- ✓ Continuar mantenint el nivell d'higiene oral per evitar càries i gingivitis
- ✓ Limitar els productes ensucrats durant els àmits i no entre hores
- ✓ La saliva conté bacteris per tant és molt important **no mullar o netejar la cullera, xumet o biberó del nadó**

Pel recent nascut

- ✓ Quan erupcionin les primeres dents del nadó (cap als **6 mesos**), netejar-les amb una **gasseta** o un raspall adequat després dels àpats
- ✓ **NO DEIXAR EL NADÓ ADORMIT AMB EL BIBERÓ** ja que el contacte prolongat amb la llet provoca càries
- ✓ Visitar el dentista quan tingui **un any**