

Recomendaciones saludables para la madre

Higiene bucodental

Visitar al menos una vez al dentista y preferiblemente durante el segundo trimestre.

Realizar una correcta higiene dental a través del cepillado con pasta fluorada inmediatamente después de cada comida y al menos dos veces al día. La seda dental o cepillos interproximales se utilizará al menos una vez al día. Los productos antisépticos y fluorados son recomendables siempre bajo prescripción del facultativo.

La profilaxis profesional para eliminar el sarro supra y subgingival previene la aparición de enfermedades periodontales como la gingivitis.

Los chicles sin azúcar y con xilitol después de las comidas ayudan a prevenir la caries en los pacientes con un alto riesgo cariogénico.

Cuidados en la alimentación

La dieta deberá ser equilibrada a base de frutas, vegetales, proteínas y productos lácteos. Deberán evitarse los alimentos y bebidas carbonatadas y azucaradas, incluidas la leche y los zumos, y su ingesta se limitará a los horarios habituales de comida.

Otros cuidados

En caso de vómito, deberán realizarse enjuagues con agua y usar un colutorio fluorado diario. El ácido del vómito puede neutralizarse con colutorios a base de una cucharada de té de bicarbonato de sodio disuelto en una taza de agua. Para evitar las náuseas y vómitos se sugiere consumir pequeñas cantidades de alimentos nutritivos y no cariogénicos como frutas, vegetales, proteínas, o productos lácteos, así como el uso de cepillos suaves y pequeños.

Evitar el tabaco

Controlar la diabetes

Recomendaciones para el dentista

Las posibles molestias provocadas por la postura del paciente en el sillón del dentista se reducirán colocando a la embarazada en una posición semisentada con un cojín situado a la altura de las caderas, y evitando que esté tumbada. Se previene así el síndrome hipotensivo en decúbito supino (compresión de la vena cava inferior por el útero) que sufren entre el 15 y 20% de las embarazadas, y el riesgo de aspiración gástrica.

Las citas deberán ser lo más cortas posibles.

El consentimiento informado será el mismo que para cualquier otro paciente. No se requiere un consentimiento informado adicional o específico para las embarazadas.

El aislamiento absoluto (dique de contención) y la aspiración quirúrgica son aconsejables durante el embarazo con el fin de que la asistencia sanitaria se realice de la forma más aséptica posible.

La prescripción de suplementos orales de flúor en los niños debe ser realizada en función del nivel de flúor del agua comunitaria, la edad del paciente y su nivel de riesgo de caries.

El uso de óxido nítrico debe realizarse por personal especializado en situaciones de ansiedad no controladas y en tratamientos dentales urgentes no prolongados. Su concentración será menor a la habitual y deberán vigilarse las constantes vitales.

Las mujeres con alto riesgo de caries deberán ser tratadas con selladores.

El blanqueamiento dental con peróxido de hidrógeno no está indicado durante el embarazo.

En caso de duda, el dentista deberá consultar al médico de cabecera de la paciente.

El abdomen y cuello de la paciente deben protegerse con delantal y collarín de plomo cuando se realicen radiografías y éstas deberán evitarse en los controles rutinarios.