

Cuidados com a saúde bucal na GRAVIDEZ

Os cuidados com a sua saúde bucal da mãe, durante a gravidez, influem diretamente no desenvolvimento e na saúde bucal do bebê. Saiba o que fazer antes, durante e depois deste período.

Gengivite

É uma doença que se caracteriza pela inflamação e sangramento da gengiva. É comum durante a gravidez, período em que as alterações hormonais tornam a região mais suscetível à ação das bactérias. Estas podem entrar na corrente sanguínea da mãe, e prejudicar o desenvolvimento do bebê.

Mulheres que desenvolvem Gengivite na gravidez têm mais chances de dar à luz bebês prematuros e abaixo do peso.

Enjôos matinais

Os ácidos estomacais podem danificar a superfície do dente, o que aumenta a probabilidade de formação de cáries. Imediatamente após o vômito, apenas enxágüe a boca com água.

Aguarde 30 minutos para escovar os dentes.

Higiene Bucal

Após as refeições, escove os dentes, massageando a gengiva. Use uma escova macia e fio dental.

Dieta Saudável e Balanceada

A ingestão de Cálcio durante a gravidez é fator essencial para a saúde dos dentes e ossos do bebê. Quando em quantidade insuficiente, eles são obtidos dos ossos da mãe, e podem fazer falta posteriormente. Evite o açúcar, que aumenta a chance de desenvolver cáries.

Antes

Vá ao dentista, e certifique-se de estar com boa saúde bucal. Se não estiver, realize todos os tratamentos necessários primeiro.

A limpeza profissional para remoção da placa bacteriana é recomendada neste momento.

Adote rotina de boa higienização bucal.

Durante

1º Trimestre

Informe ao seu dentista que você está grávida. Faça os checkups de rotina.

Verifique regularmente sua gengiva. A Gengivite é mais comum entre o 2º e o 8º mês de gravidez.

Enjôos matinais são comuns.

2º Trimestre

Em torno do 4º mês, os dentes do bebê começam a se desenvolver.

Dê especial atenção à dieta. Evite açúcar, e prefira alimentos ricos em vitaminas e minerais, como o Cálcio.

3º Trimestre

Evite tratamentos dentários nas últimas 6 semanas de gravidez.

Redobre os cuidados com a higiene bucal.

Depois

Volte ao dentista para uma nova avaliação, e realizar eventuais tratamentos necessários.

Este material possui objetivo exclusivamente informativo, e não substitui a avaliação por um especialista.

Infográfico criado e publicado por:  Ache especialista em implante

Referências:

- <http://www.tuasaude.com/gengivite-na-gravidez/>
- <http://www.webmd.com/oral-health/dental-care-pregnancy>
- <http://www.thepregnancyzone.com/health-issues/take-oral-care-during-pregnancy/>
- <http://www.vidaintegral.com.br/noticias.php?noticiaid=400>

Icons made by Freepik www.flaticon.com is licensed by CC 3.0