

EMBARAZO Y CAVIDAD ORAL

Autoras: Pérez Ávila Alicia, Pérez Ávila Silvia, Prades Gómez Ana Cristina
V CONGRESO INTERNACIONAL VIRTUAL PARA ENFERMERIA Y FISIOTERAPIA " CIUDAD DE GRANADA " Del 16 al 27 DE MAYO DE 2014

INTRODUCCIÓN

Durante los 9 meses que dura el embarazo la mujer experimenta una serie de transformaciones anatómicas , fisiológicas (endocrinas, sistema cardiovascular, gastrointestinal, hematológicos...) y de conducta que pueden repercutir en la cavidad oral. La objetivo es conseguir que no aparezcan ni progresen enfermedades bucodentales y evitar situaciones que puedan poner en riesgo su salud y la del feto.

OBJETIVOS

- Evitar focos infecciosos.
- Aumentar el nivel de conocimientos en salud bucodental durante el embarazo.
- Potenciar el autocuidado de la cavidad oral.
- Que conozcan los recursos odontológicos sociales.

RESULTADOS

CAMBIOS DE LA CAVIDAD ORAL DURANTE EL EMBARAZO

En la mujer embarazada existen alteraciones en el flujo salival y en el pH de la saliva (disminuye el flujo salival y disminuye el pH saliva volviéndose más acida) lo que provoca unos síntomas y signos:

- Mal sabor.
- Halitosis.
- Xerostomía.
- Sangrado de las encías.
- Agrandamiento gingival.
- Aftas bucales.
- Disminución de secreción salival.
- Viscosidad salival más alta.
- Dificultad en la deglución.

HIGIENE DENTAL

Permitirá prevenir enfermedades en las encías y evitará en gran medida la caries. Pero una higiene dental se debe realizar de la forma y con las herramientas adecuadas.

Además, se deberá dedicar el debido tiempo (durante 2 minutos) para que sea efectiva.

Lo ideal es cepillarse los dientes después de cada comida (desayuno, almuerzo y cena).

Durante el sueño disminuyen la producción de saliva y los movimientos linguales, por lo que se favorece la formación de placa bacteriana si no se ha realizado una buena higiene dental.

MÉTODOS

Se ha llevado a cabo una revisión bibliográfica y la experiencia profesional sobre el embarazo y patología en la cavidad oral.

ENFERMEDADES BUCODENTALES MAS FERCUENTES EN EMBARAZADAS

Gingivitis gravídica: Es la inflamación y sangrado de la encía y esta relacionada con los cambios hormonales que ocurren durante este periodo.

• **Caries:** La bajada del pH de la saliva y de la placa bacteriana junto a una higiene deficiente provocan la aparición o progresión de la caries.

• **Periodontitis:** Es la inflamación progresiva que destruye los ligamentos periodontales y el hueso alveolar y puede ocasionar la pérdida de los dientes.

FACTORES DE RIESGO QUE ALTERAN EL BUEN MANTENIMIENTO DE LA CAVIDAD ORAL

- Hiperémesis gravídica en el 1º trimestre.
- Aumento de alimentos azucarados en la dieta.
- Estrés.
- Disminución de la frecuencia del cepillado.

GUIA DE PREVENCIÓN

ALIMENTACION DURANTE EL EMBARAZO

La alimentación durante el embarazo debe ser ordenada y equilibrada.

- Lácteos 2 a 4 raciones al día.
- Carne pescada y huevos 2 ó 4 raciones a la semana.
- Verduras dos veces al día.
- Frutas 2 ó 3 piezas diarias.
- Legumbres 2 ó 3 veces a la semana.
- Pasta , arroz y patatas 2 ó 3 veces semana preferiblemente integrales.
- Pan integral 2 ó 3 rebanadas al día.
- Aceite de oliva y crudo 3 a 5 raciones al día.
- Sal yodada.
- Bebe 1'5 ó 2 litros de agua al día.

Se debe evitar:

- Comer pescado y carne crudo.
- Alimentos ricos en azúcares refinados.
- Los alimentos ricos en grasas animales (Pates, embutidos, mantequillas.....)
- Evitar bebidas con cafeína y alcohol.

LOS FOCOS INFECCIOSOS EN LA CAVIDAD ORAL SON RESPONSABLES DEL INICIO Y PROGRESION DE DIVERSAS ENFERMEDADES

NEUMONIA BACTERIANA

DIABETES MELLITUS

ARTRITIS

ENDOCARDITIS

ENFERMEDADES CEREBROVASCULAR

ENFERMEDADES CARDIOVASCULARES

BAJO PESO DE NEONATOS VIVOS



TRATAMIENTO ODONTOLÓGICO

- En el 1º trimestre la mujer gestante debe acudir a la consulta del odontólogo para revisión y consejos de los cuidados.
- En el 2º Trimestre se llevara a cabo el tratamiento dental necesario.

ESTRÉS

- La comunicación con la pareja es muy importante para transmitirle las inquietudes.
- Hay que buscar el apoyo en las personas que te rodean.
- La realización de ejercicio al aire libre como caminar y la natación .
- Preparación a la maternidad y crianza.

HIPEREMESIS GRAVIDICA para aliviar los síntomas

- Desayunar algo sólido.
- Hacer comidas mas frecuentes y de menos cantidad (5 comidas).
- Evitar alimentos no apetecibles.
- Antes de tomar algún medicamento consúltalo con el medico.

CONCLUSIONES

Por cada embarazo se pierde un diente debe considerarse una frase falsa.

Saber que las patologías ya existentes se pueden agravar .

Los focos infecciosos en la cavidad oral pueden ser los responsables del **bajo peso en neonatos vivos**.

Existe una relación directa entre una dieta cariogénica y una mala higiene en la aparición de afecciones bucales pudiéndose evitar controlando los factores de riesgo.

BIBLIOGRAFIA

Pedro Bullón Fernández, Guillermo Machuca Portillo. La atención Odontológica en Pacientes Medicamente Comprometidos. Edita Laboratorios Normon S.A. M González, L Montes de Oca... - Perinatol Reprod Hum, 2001 - medigraphic.com. M Bastarachea Milián, L Fernández Ramirez... - Revista Cubana de ..., 2009 - scielo.sld.cu