

GINGIVITIS DEL EMBARAZO

¿Qué es la gingivitis del embarazo?

La gingivitis se produce cuando la placa (que contiene bacterias) se acumula en los dientes y produce toxinas que irritan las encías.

Si le sangran las encías, o las tiene enrojecidas, hinchadas, doloridas o inflamadas, probablemente tenga gingivitis.



La causa de la gingivitis del embarazo es un aumento de la progesterona, que puede contribuir a aumentar el flujo sanguíneo a los tejidos de las encías, lo cual puede provocar que estén más sensibles, hinchadas y sangren con mayor facilidad durante el cepillado o el uso del hilo dental. Estos cambios hormonales favorecen el crecimiento de algunas bacterias que provocan la gingivitis y pueden hacer que el tejido gingival esté más sensible. Aunque la gingivitis del embarazo puede aparecer en cualquier momento entre el segundo y el octavo mes de embarazo, suele ser más intensa durante el segundo trimestre.

A veces se forma un bulto rojo o una "hiperplasia" en las encías, en general cerca de los incisivos superiores. Este bulto es conocido como "tumor del embarazo" y no es canceroso ni contagioso. Si se le forma un tumor del embarazo, póngase en contacto con su dentista, aunque la mayoría de estos bultos desaparecen tras el parto.



Un ejemplo de la gingivitis del embarazo

Entre un 60 y un 70 % de mujeres padecen gingivitis del embarazo.

¿Por qué es importante tratar la gingivitis del embarazo?

El tratamiento de la gingivitis del embarazo es importante para que no se transforme en una forma más grave de enfermedad periodontal, conocida como periodontitis. La periodontitis puede provocar graves problemas de salud bucal que pueden requerir una intervención quirúrgica o pueden acabar suponiendo la pérdida de piezas dentales. Tanto su salud general como la de su bebé pueden verse afectadas por el estado de sus dientes y encías. Existen investigaciones que han demostrado que existe una relación entre una salud gingival deficiente y un parto prematuro.

¿Qué hacer para evitar la gingivitis del embarazo?

Lo más importante que puede hacer para evitar los problemas relacionados con la gingivitis del embarazo es mantener un control de la placa. Es esencial tener unos buenos hábitos de cuidado en casa para una correcta eliminación de la placa incluso antes de estar embarazada. No todos los productos de cuidado bucal son iguales; asegúrese de elegir una pasta dentífrica y un enjuague bucal específicos para la placa y la gingivitis. Utilice un cepillo eléctrico con filamentos suaves para que le resulte más sencillo eliminar la placa.

CONSEJOS DE CUIDADO BUCAL PARA UN EMBARAZO SANO

- Asegúrese de tener unos dientes y encías sanos antes de quedarse embarazada
- Acuda a las revisiones periódicas en la consulta del dentista
- Utilice un cepillo de dientes eléctrico con filamentos suaves y haga uso del hilo dental con cuidado para evitar dañar los delicados tejidos gingivales
- Utilice una pasta dentífrica antigingivitis/antiplaca dos veces al día y use el hilo dental una vez al día
- Realice enjuagues con un enjuague bucal antigingivitis/antiplaca sin alcohol
- Enjuáguese la boca tras un episodio de náuseas del embarazo para evitar que los ácidos afecten a sus dientes y encías
- Mantenga una alimentación sana con mucho calcio, fósforo, proteínas y vitaminas A, C y D. Consulte con su médico sobre la necesidad de tomar complementos vitamínicos.

¡ENHORABUENA!

Mientras disfruta de este maravilloso periodo de su vida, recuerde que prestar especial atención a sus dientes y encías le compensará a la larga, además de ser el mejor ejemplo para su futuro bebé.

Le recomendamos que pruebe estos productos:

Cepillo de dientes eléctrico recargable Oral-B

Cepillo de dientes manual Oral-B

Pasta de dientes Crest

Hilo Oral-B

Enjuague bucal Crest y Oral-B