

## ¿Qué es la Placa Bacteriana?

La placa bacteriana es una película transparente, formada por diferentes microorganismos que constantemente se van adhiriendo sobre los dientes, la encía y la lengua.

## Detección de placa bacteriana

La placa bacteriana es invisible pero se puede detectar utilizando pastillas reveladoras, colorante vegetal, betabel, moras o azul añil. Esta tinción se puede eliminar mediante el barrido de la placa bacteriana con un cepillo e hilo dental.



**Utilizar pastillas reveladoras**

**Las zonas que tienen más color indican una mayor acumulación de placa bacteriana**



**La tinción solamente la podemos eliminar con cepillo e hilo dental**

## Recuerde...

Acuda a su dentista para que le otorgue el:

## Esquema básico de prevención en salud bucal para la embarazada

- Detección de placa bacteriana.
- Instrucción de técnica de cepillado.
- Instrucción del uso de hilo dental.
- Profilaxis (limpieza dental).
- Revisión de higiene de prótesis dentales.
- Pláticas sobre salud bucal.
- Revisión de tejidos bucales.
- Visitar a su dentista cada tres meses durante el embarazo.

**Las futuras mamás deben llegar al momento del embarazo con su salud en buen estado, incluyendo también a la salud bucal que es parte de la salud integral.**

Las infecciones en la encía pueden adelantar el parto



## La Salud Bucal de la embarazada



**" Durante el embarazo las futuras madres pueden y deben ser atendidas por un profesional de la odontología"**



SECRETARÍA DE SALUD

SALUD



¿Quién no escuchó alguna vez decir a una mujer:

“ En cada embarazo pierdo un diente” o “ no puedo ser atendida por el odontólogo porque el bebé puede ser afectado”

Estos son mitos que han pasado de generación en generación y que se deben a falta de información.

❑ Durante la gestación (embarazo) NO se descalcifican los órganos dentarios (dientes).

❑ Por las náuseas y vómito las embarazadas no se cepillan correctamente y ésto permite la acumulación de placa bacteriana.

¿Qué problemas bucales pueden desarrollarse durante el embarazo?

Está demostrado que muchas embarazadas experimentan **gingivitis** (acumulación de placa bacteriana sobre los dientes, que irrita a la encía).

La encía se inflama, cambia de color rosa opaco a rojo brillante, sangra fácilmente al presionarla o al morder algún alimento duro, al igual que cuando nos cepillamos y además el aliento es desagradable.

**La gingivitis del embarazo** ocurre con mayor frecuencia en este período porque la encía reacciona ante los agentes irritantes de la placa bacteriana.

Si la enfermedad avanza puede ocasionar que los dientes presenten movilidad o se pueden perder.

Quando la gingivitis empeora durante el embarazo existe mayor riesgo de que el bebé sea prematuro y con bajo peso.

❑ Realizar profilaxis (limpieza dental) para eliminar la placa bacteriana podría disminuir de manera importante los nacimientos prematuros.

❑ La gingivitis se puede evitar con un adecuado cepillado oral.

¿Cómo deben cuidar su salud bucal las embarazadas?

❑ Acudir a sus consultas preventivas con el personal de odontología, para prevenir y evitar enfermedades bucales, así como complicaciones de salud, tanto de ellas como del futuro bebé.

❑ Solicitar al personal de odontología apliqué el esquema básico de prevención en salud bucal.

❑ Reforzar el cepillado diario y el uso de hilo dental, eliminando bien la placa bacteriana que está sobre los dientes, en la encía y la lengua; para prevenir y controlar enfermedades en los dientes y encías.

❑ Disminuir la frecuencia en el consumo de alimentos azucarados como dulces y refrescos y sustituirlos por el de alimentos naturales como frutas y verduras.

❑ Evitar comer caramelos durante los tres primeros meses de embarazo para disminuir náuseas, acidez y vómito, que se presentan, es mejor cepillarse utilizando pasta dental con flúor.

