Embarazo y Salud Bucal

Preparate para recibir a tu bebé con la boca sana y conocé cómo cuidar la salud bucal de tu bebé:

1. Cepillate luego de cada comida. Podés usar una pasta que contenga fluor.
2. Usá un cepillo de fibras, blando, con cabeza pequeña, que te permita llegar a todos los rincones de la boca.
3. Usá hilo dental por lo menos una vez al día.
4. Controlá tu estado bucal. Visitá a tu odontólogo periodicamente.
5. Como cada caries es una infección , será un foco séptico perjudicial para tu estado.
6. Si tus encías sangran es porque necesitan tratamiento.
7. La enfermedad periodontal es uno de los factores de riesgo para nacimientos prematuros.
8. Cuidá tu dieta : los dulces además de aumentar tu peso aumentan tus caries.
9. **Visitá a tu odontólogo para que realice un tratamiento preventivo.**

Cuidemos al bebé

La boca se cuida desde el nacimiento.
Mantené la higiene diaria:

- Con un lienzo o gasa húmeda envuelta en el dedo índice , limpiá los restos de leche que queden en la boca.
- Cuando aparezcan los primeros dientes, estos deben ser limpiados mediante el uso de un cepillo blando o dediles de plástico blando.
- No usar pasta dental, solo agua.

En esta etapa el cepillado puede hacerse una o dos veces por día.

GOBIERNO
DE LA PROVINCIA
DEL NEUQUÉN
Ministerio de Salud

Todos los días, toda la vida

Recordar que se recomienda la **lactancia materna** hasta los 6 meses, exclusivamente y continuar hasta los 2 años junto con la incorporación de alimentos.
La lactancia tiene beneficios para la salud bucal como: desarrollo de maxilares, menor riesgo de caries, etc.

De ser necesario el uso de la Mamadera; cuando la incorpores:

- Usar la mamadera sólo para leche.
- No le agregues azúcar a la leche.
- Para jugos o gaseosas usar vasito con tapa o bombilla.
- Tampoco es bueno que la use en lugar de chupete.

¿Por qué todo esto?

Porque el abuso de la mamadera azucarada puede provocar la llamada "caries de biberón".

Además si usas chupete...

- El chupete debe ser pequeño, nunca crecer con el bebe.
- No agregar al chupete ningún dulce ni mojarlo en gaseosas o jugos.

Los microbios pasan de padres a hijos

Está científicamente comprobado que la flora bucal se transmite entre los miembros de la familia.
La saliva es el vehículo y los "piquitos" o besos, el probar la comida, limpiar el chupete en la boca entre otras, es la forma de transmisión. Por eso se impone que los papás y otros cuidadores no tengan caries, que es el lugar donde se multiplican los microorganismos que las producen.

GOBIERNO
DE LA PROVINCIA
DEL NEUQUÉN
Ministerio de Salud

Todos los días, toda la vida