

# Dientes

## *para los dos*

**Dentistas e Higienistas Dentales Registradas son sus compañeros para que tenga un embarazo y un bebé saludable.**

*Como Planear su visita al dentista:*

- Llame ahora para hacer una cita.
- Ponga la fecha y la hora de la cita en el calendario.
- ¡Ponga la nota de la cita escrita en el refrigerador!
- Siempre cumpla con su cita.
- Pida ayuda si le falta transportación o persona para cuidar a los niños.
- Si se siente nerviosa, pídale a un amigo/a que le acompañe.
- No se preocupe, todo estará bien.

**Visite a su dentista para obtener un examen y limpieza dental.**

DDS/RDH: \_\_\_\_\_

Dirección: \_\_\_\_\_

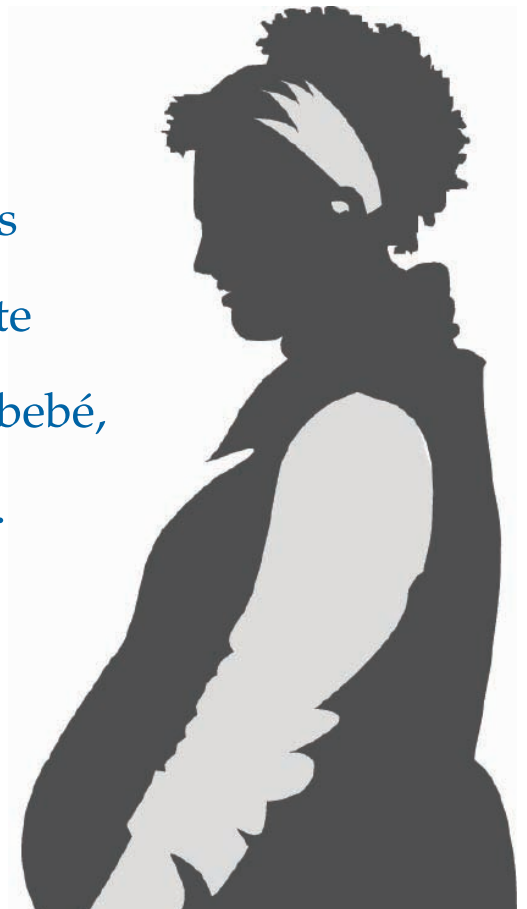
Número telefónico: \_\_\_\_\_

Fecha: \_\_\_\_\_

Hora: \_\_\_\_\_

**Por favor llame inmediatamente si necesita cambiar su cita.**

La salud oral es  
muy importante  
para usted, su bebé,  
y su embarazo.



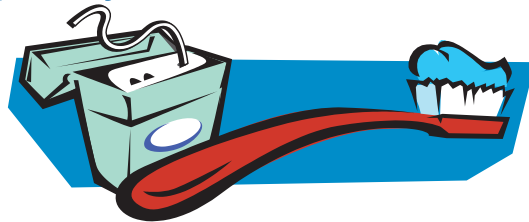
# Dientes *para los dos*

*Una boca sana tiene efectos positivos en usted, su bebé y su embarazo. A continuación encontrará unas ideas para el cuidado de su salud oral. Recuerde que los dientes de su bebé se están formando a partir de la cuarta semana de embarazo, así que comience a cuidar de sus dientes y encías ahora. Su bebé depende de esto.*

## Hagase usted un examen dental



## Cepillese y use el hilo dental diariamente



## Buenas Prácticas y Hábitos alimenticios



## Busca Cuidado Prenatal

Siga usted el consejo de los profesionales de la salud. Es importante para su salud y la salud de su bebé.

## ¿Esperando un bebé? ¿Va a ser madre?

Sabemos que usted quiere lo mejor para su recién nacido. ¡Desea que su recién nacido sea sano desde el principio!

Puede que usted no sepa que la salud de sus encías y la de sus dientes tiene mucho que ver con la salud de su bebé. Utilizando la siguiente forma usted puede examinarse y averiguar si tiene algún riesgo o problema dental. Tome un espejo, levante su labio, mire bien en su boca y conteste las siguientes preguntas:

- Sí  No  Encías rojas, hinchadas, o tiernas
- Sí  No  Encías que sangran mientras se cepilla o usa el hilo dental
- Sí  No  Dientes que se mueven o que se van separando
- Sí  No  Cambio en el modo en que los dientes se juntan cuando mastica
- Sí  No  Cambio en el modo en que los dientes parciales o dentadura
- Sí  No  Pérdida de dientes
- Sí  No  Pus alrededor de sus dientes o de las encías
- Sí  No  Mal aliento persistente
- Sí  No  Dolor al masticar
- Sí  No  Encías recedidas (que se alejan de los dientes) o que sus dientes aparentan ser más largos que anteriormente

Si usted respondió "Sí" a cualquiera de las preguntas anteriores, debe entonces visitar a algún profesional dental para mejorar la salud de sus dientes y sus encías.....al igual que la salud de su bebé.

## ¿Tiene usted preguntas? ¡Consiga las respuestas!

*La detección temprana mediante el dentista es la mejor respuesta.*