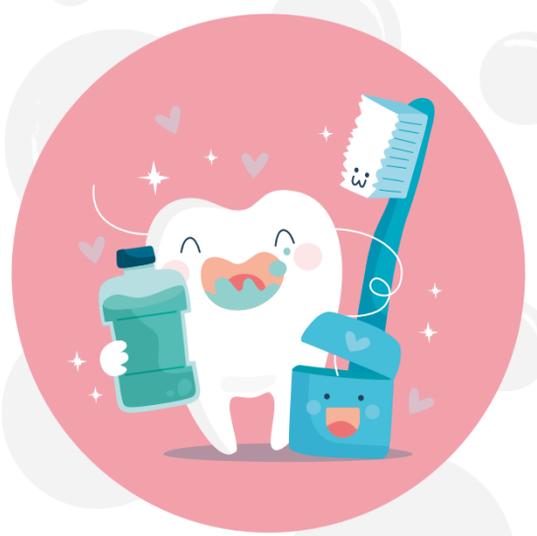


## Tu salud bucal

Durante el embarazo, el autocuidado es una prioridad. Nuestro equipo de **Savía Salud EPS**, está preparado para acompañarte y guiarte en este proceso. Para tu salud bucal, debes seguir todas las recomendaciones.



Debido a los cambios hormonales que se producen en el embarazo, las encías se vuelven más sensibles ante la presencia de sustancias irritantes en la placa bacteriana. Lo anterior sumado a las náuseas que experimentan algunas mujeres al cepillarse, se traduce en una mala higiene bucal que propicia su acumulación en dientes y encías y con ello la gingivitis, que se manifiesta principalmente por el enrojecimiento, inflamación y sangrado.

**Durante esta etapa, tus dientes y encías necesitan un cuidado especial.** Por eso es necesario consultar con tu odontólogo y seguir sus recomendaciones.

Algunos estudios concluyen que las mujeres embarazadas que presentan enfermedad de las encías tienen mayor posibilidad de presentar partos prematuros y bebés con bajo peso al nacer.



Algunas mujeres durante la gestación pueden presentar boca seca, por lo que te recomendamos tomar pequeños sorbos de agua y masticar chicle sin azúcar, lo cual puede ayudarte a aumentar la producción de saliva.



Visitar a tu odontólogo, cepillarte después de cada comida, utilizar seda dental y seguir una dieta balanceada te ayudará a mantener tu salud bucal durante esta etapa.