

Salut oral durant l'embaràs i consells per cuidar la boca del nadó

Durant l'embaràs és essencial cuidar-se la boca per tenir un bon control de les malalties orals. I també tenir cura de la salut dental dels nadons abans, durant i després de les primeres dents per mantenir la seva boca en perfecte estat.



Dra. Judit Masdevall
Odontòloga
Albera Salut
@AlberaSalut





Tractaments dentals durant l'embaràs:

- La gingivitis es pot tractar amb una bona higiene oral, tartrectomies i, si cal, un col·lutori durant uns dies que pot prescriure l'especialista.
- Si es pateix una malaltia més important com la periodontitis -malaltia inflamatòria crònica del teixit de suport de les dents- és recomanable tractar-la. Una mare amb periodontitis té més risc de tenir un part prematur que una mare amb la boca sana.
- Els tractaments conservadors, com les obturacions, es poden realitzar durant el segon trimestre preferiblement.
- L'estat oral de la mare influirà en la boca del nadó i el risc futur de malalties que pugui tenir. A través de la saliva, la mare és la principal transmissora dels bacteris al fill/a.
- Durant la gestació es recomana que es masteguïn xiclets amb xilitol, perquè són útils per evitar l'aparició de càries. Sobretot si es menja entre àpats i no es disposa de raspall de dents.

Embaràs

Els canvis hormonals propis de l'embaràs poden afavorir una inflamació de les genives o gingivitis.

No hi ha una major incidència de càries tot i que en alguns casos es menja més sovint i la freqüència de les ingestes està relacionada amb el risc de patir la malaltia.

Els vòmits, que a vegades acompanyen els primers mesos de la gestació, poden provocar un lleuger desgast dental.

Etapa prenatal

Les estructures de la cavitat oral comencen a formar-se als 25 dies de la gestació i la formació de les dents de llet començarà a la sisena setmana intrauterina. A la vintena setmana es calcifiquen les dents temporals i es comencen a formar ja les dents permanents. En aquest moment ja existeix el reflex de deglució i succió.

En el moment del naixement les dents temporals estan totalment formades i es comença a calcificar el primer quèixal permanent que sortirà als 6 anys d'edat.

Lactància materna

Amb la lactància materna els moviments de la mandíbula, llengua i musculatura del bebè afavoreixen el creixement de l'estructura facial. En el moment de néixer la mandíbula és petita i està retruida.

Després de cada menjada cal netejar la boca amb una gassa o un didal especial.

Xumet / Succió del dit

El xumet i l'hàbit de la succió del dit s'haurien d'abandonar al voltant dels 24 mesos d'edat.

La lactància materna, el biberó, el xumet i la succió del pit tenen en comú que mantenen la llengua en una posició baixa a la boca. Aquest fet dificulta el creixement del paladar i de l'estructura òssia intraoral i impedeix una bona oclusió dental. També dificulta

la respiració nasal i altera el to labial i la postura corporal.

Als 2 anys, per tant, seria aconsellable beure amb vas i no portar xumet en cap moment del dia. La llengua en el paladar és necessària per deglutir de forma adulta, per respirar pel nas i per afavorir el correcte creixement dels maxil·lars.



Higiene del nadó

Després de la lactància materna o del biberó, cal netejar la boca amb una gassa amb sèrum fisiològic per treure les restes de llet. La llet materna i la del biberó contenen sucres que afavoreixen el creixement de bacteris cariogènics.

Quan surti la primera dent cal utilitzar raspall de dents (els primers són molt suaus i amb capçal tou de silicona) i pasta de dents que contingui 1000 ppm de fluor. El fluor que queda a la saliva evita la desmineralització de l'esmal·t.

La dieta ha de ser dura, d'acord amb l'edat del nadó, per afavorir un correcte creixement de l'estructura òssia. A més, la dieta dura també ajuda a tenir les dents més netes.

Es recomana visitar el dentista abans dels 2 anys d'edat.