

## ARTÍCULO DE REVISIÓN

### *La salud bucodental durante el embarazo*

**Laura Navarro López**

Enfermera en colegio de educación especial de Toledo (JCCM).

#### RESUMEN

La salud bucodental refiere una buena calidad de vida. Existen diferentes alteraciones en el área bucodental que producen dolencia y consecuencias graves, algunos factores de riesgo que favorecen a la presencia de patologías son la mala alimentación con excesivo consumo de hidratos de carbono, una higiene bucodental inadecuada, el consumo de tabaco y alcohol. En este artículo se hace referencia a la salud bucodental durante en el embarazo siendo una etapa que si aparecen estos problemas pueden dar lugar a graves consecuencias al no prevenirlas o curarlas. Otro punto a tratar es la importancia del flúor como herramienta de Salud Pública que aumenta la resistencia al ataque ácido al esmalte. También se nombra el bruxismo infantil que es una patología que aunque es más prevalente en adultos también afecta a la población joven y por último se señala la detección de problemas ortodóncicos.

**Palabras clave:** Embarazo, salud, bucodental.

#### ABSTRACT

*Oral health refers to a good quality of life. There are different alterations in the oral area that produce disease and serious consequences, some risk factors that favor the presence of pathologies are poor diet with excessive consumption of carbohydrates, inadequate oral hygiene, consumption of tobacco and alcohol. In this article we refer to oral health during pregnancy being a stage that if these problems appear can lead to serious consequences by not preventing or curing them. Another point to address is the importance of fluoride as a public health tool that increases resistance to acid attack on enamel. It is also named the infantile bruxism that is a pathology that although it is more prevalent in adults also affects the young population and finally the detection of orthodontic problems is noted.*

**Keywords:** Pregnancy, health, oral.

En la salud materno infantil la salud bucodental es uno de los aspectos más importantes en la sociedad. Diferentes estudios señalan que cuando una mujer está embarazada no quiere tomar tratamiento dental durante la gestación a no

ser que tenga algún problema, esta situación puede dar lugar a caries, gingivitis o afecciones bucales afectando a la salud de la madre y el hijo.

Diferentes estudios muestran que una afectación periodontal puede dar lugar a partos prematuros, nacimientos de bajo peso o predisposición a que los hijos en un futuro padezcan de caries en la dentición (transmitida verticalmente). Por ello es fundamental que las gestantes conozcan y prevengan las caries, la gingivitis por su salud y la de su futuro hijo, granuloma del embarazo y la enfermedad periodontal.

Durante el embarazo aparecen condiciones favorables para tener caries. La relación no está clara pero los cambios de la composición de la saliva, la flora bucal, vómitos por reflujo, higiene deficiente, los cambios en los hábitos dietéticos favorecen a su presencia y la gingivitis está relacionada debido al aumento hormonal que padece, estas hormonas son los estrógenos y la progesterona. La intensidad de la patología depende del nivel hormonal de la mujer embarazada. La gingivitis puede complicarse dando lugar a los llamados "tumores del embarazo" que son masas que aparecen en la encía. También aumenta la movilidad dental, la profundidad de la bolsa y el fluido gingival. Estos sucesos tienden a disminuir tras el parto.

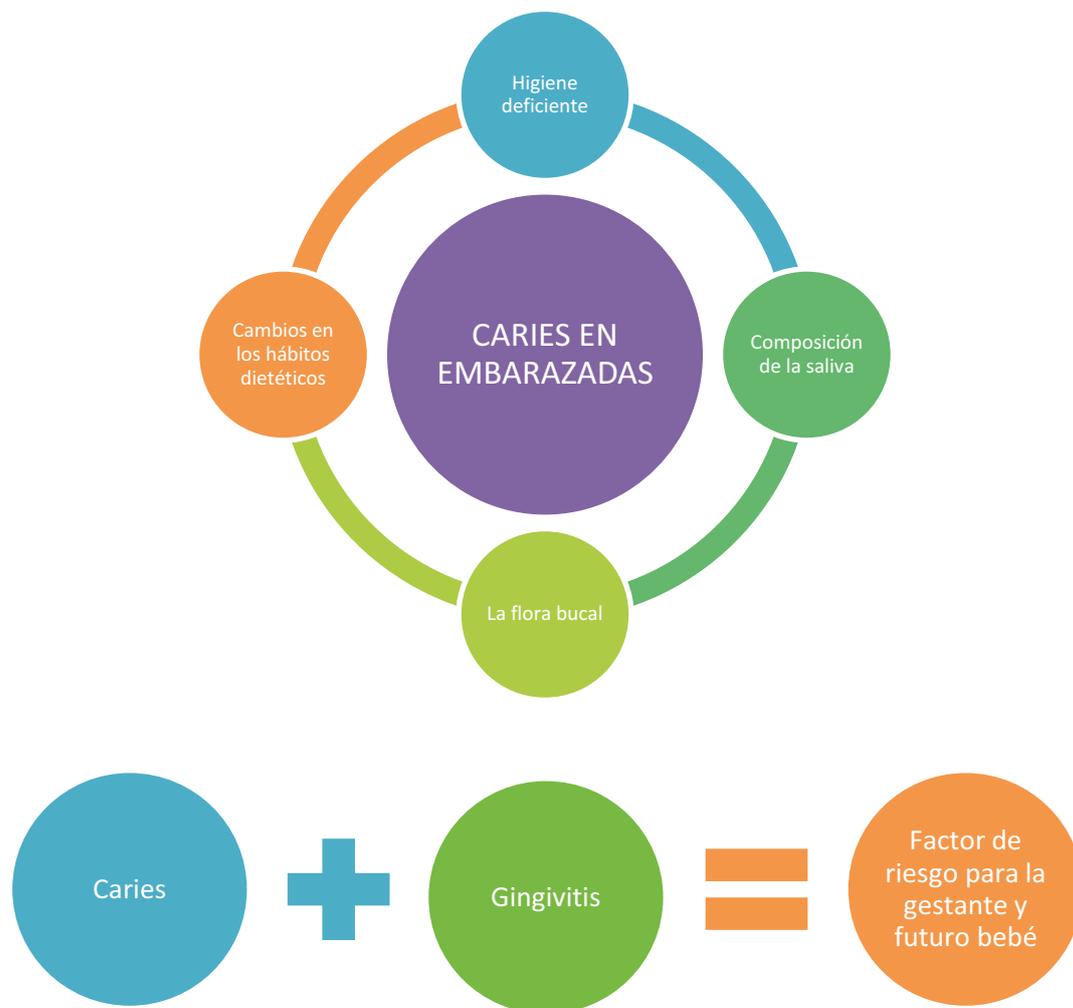
La frecuencia de alguna de estas patologías es más frecuente según la etapa gestacional. La gingivitis gravídica es más frecuente en el segundo trimestre del embarazo siendo el punto máximo el octavo mes. El granuloma del embarazo es habitual en los primeros embarazos (durante el primer y segundo trimestre).

Por todas estas razones la mujer tiene que prevenir las caries y la gingivitis porque es un factor de riesgo para tener un parto prematuro o embarazo de bajo peso. Tras hacer revisiones bibliográficas podemos observar que la salud oral de la madre está directamente relacionada con la del hijo, este es el motivo por el que la matrona desempeña un papel fundamental en la prevención. Algunas acciones fundamentales para mejorar la salud oral materno infantil es el uso de flúor. El uso de flúor tópico en lactantes que tienen más de 10 meses con alto riesgo de caries, también el abandono del biberón y chupete como máximo a los 2 años, evitar abuso de hidratos de carbono y usar pasta dental fluorada estándar desde la erupción dental y visita odontológica al año de edad del niño.

Como conclusión se puede decir que el embarazo es un periodo que da lugar a cambios fisiológicos y las gestantes deben seguir un control médico y odontológico para alcanzar un buen estado de salud.<sup>(1)(2)(3)</sup> Es imprescindible este seguimiento porque la salud bucal y calidad de vida en la gestante está directamente relacionado.

#### EL FÚOR COMO HERRAMIENTA DE SALUD PÚBLICA

La salud bucal en España es un problema de salud pública debido a la elevada prevalencia de caries. El objetivo principal en Salud Pública es promover la salud y prevenir las



enfermedades, así es imprescindible en seguir con la gestión de actividades promocionales, preventivas y de rehabilitación en todas las etapas de vida dentro de la atención integral de salud. El problema que existe en la actualidad es que la mayoría de los pacientes acuden al odontólogo cuando tiene molestias porque su problema está en la fase más avanzada.

La afectación más frecuente de la boca son la carie dental, la desmineralización de la superficie del diente producido por la presencia de bacterias que hay en la placa bacteriana. La carie es una de las enfermedades de mayor prevalencia e incidencia en niños preescolares y escolares entre tres y seis años de edad. Lo importante de este problema no es revertir la enfermedad, sino prevenirla. Los hábitos de higiene bucal actúan como factores protectores. El flúor, que aumenta la resistencia al ataque ácido al esmalte, es una de las medidas de prevención más importante junto con la técnica correcta del cepillado de dientes con pasta fluorada unas tres veces al día. El flúor es un mineral que ayuda a hacer más resistente a la dentina ante los ácidos de las bacterias que se encuentran en la placa de los dientes. El uso de flúor es una de las formas más seguras de prevenir las caries en adultos y niños ya que hace más fuerte y resistente a los dientes. Este mineral no sólo evita caries sino que ayuda a evitar el deterioro de los dientes con los años. Por estas razones fue el éxito del flúor del agua en la Salud Pública. La forma de cepillarse los dientes es fundamental para realizar una buena técnica:

- El cepillo se tiene que colocar a cuarenta y cinco grados de la encía.
- El cepillo se tiene que mover de atrás hacia delante con movimientos suaves y cortos.
- Cepillar las superficies externas, internas y masticatorias de todos los dientes.
- Colocar el cepillo en forma vertical y hacer varios movimientos de arriba hacia abajo para limpiar la superficie interna de los dientes.
- También es importante cepillar la lengua para eliminar bacterias y tener un buen aliento.

Una medida de Salud Pública es el programa escolar de colutorios semanales:

- Está técnica requiere diez minutos a la semana.
- Es barata, sencilla y práctica.
- Puede estar supervisado por personal no especializado.
- El material utilizado son:
  - vasos pequeños desechables
  - botellas de plástico de medio litro
  - servilletas de papel
  - bolsa de plástico para residuos

Para modificar la conducta de los pacientes tenemos que hacer educación para la salud modificando la conducta individual con el fin de disminuir el riesgo de padecer una alteración bucal, o de aumentar la salud y el bienestar, es uno de los objetivos de la salud pública, donde la promoción de salud es su herramienta fundamental.<sup>(4)(5)</sup>

### BRUXISMO INFANTIL

Es un trastorno del sueño que consiste en realizar una acción involuntaria, rechinar los dientes y está asociado a trastornos respiratorios durante el sueño, mala calidad del sueño, trastornos genéticos, trastornos psicosociales como la ansiedad y malos hábitos orales. Con esto podemos afirmar que la causa es multifactorial porque no existe un único factor que pueda desencadenarlo sino que son un conjunto de ellos y por esto el tratamiento tiene que tener un enfoque multidisciplinario.

Esta afectación es más prevalente en adultos pero también afecta a la población joven, la edad más frecuente en los jóvenes de padecer esta patología es entre los cuatro y los seis años de edad. Esta patología afecta por igual a hombres que a mujeres. Algunas medidas para su tratamiento son: la terapia psicológica cuando la presencia de esta enfermedad es debido al estrés, por ejemplo entre los seis y los tres años comienzan a socializarse y pueden sufrir estrés adaptativo, también podemos ayudarles a manejar la relajación muscular dirigida y fomentar la autoconciencia del movimiento. Un fármaco que funciona bien es buspirona y la inyección de toxina botulínica pero es una técnica muy invasiva para los niños (este tipo de fármacos tiene como objetivo la relajación muscular).<sup>(6)</sup> La acción más frecuente ante esta enfermedad es la de aplicar férulas oclusales, actúa reduciendo la manifestación clínica de los pacientes con bruxismo y trastorno de la articulación temporomandibular. El efecto de las férulas es mejorar la posición condílea permitiendo

una posición más estable de manera terapéutica.<sup>(7)</sup> Es un dispositivo muy útil y fácil de utilizar.

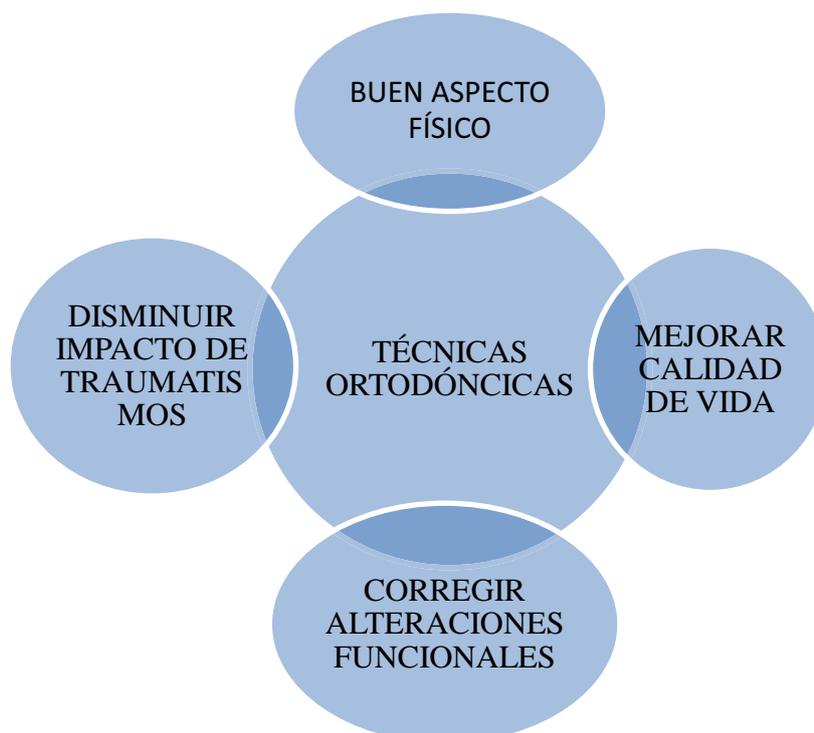
Alguna medida natural para evitar el bruxismo son:

- Evitar alimentos duros que requieran fuerza en la masticación.
- Realizar ejercicios de estiramiento.
- Relajación para la musculatura facial.
- Beber mucha agua.
- Tomar alimentos ricos en calcio para aumentar la resistencia en los dientes.

Este conjunto de opciones y las circunstancias de cada paciente requiere una atención multidisciplinar, éste es el motivo por el que el tema ha sido estudiado por numerosos investigadores. Para concluir, es fundamental una higiene de sueño, realizar ejercicio físico, llevar una dieta saludable y aprender a gestionar el alto nivel de estrés.

### DETECCIÓN DE LOS PROBLEMAS ORTODÓNCICOS

Actualmente existen diferentes técnicas ortodóncicas, cada una de ellas está indicada para una situación determinada. Algunas de las razones por las que aplicamos tratamiento ortodóncico son para tener un buen aspecto físico, mejorar la calidad de vida del paciente, corregir las alteraciones funcionales, disminuir el impacto de los traumatismos sobre la dentición y utilizar terapias restauradoras. Por todas estas razones existen diferentes tipos de técnicas según las circunstancias que padezca la persona. El ortodoncista realiza el diagnóstico y el tratamiento dependiendo de la maloclusión y la deformidad dentofacial, pero es imprescindible valorar el interés del paciente y así elegir el método más indicado. Es imprescindible consi-



derar los cuatro principios básicos de no maleficencia, justicia, beneficencia y autonomía.<sup>(8)</sup>

La detección de problemas ortodóncicos es imprescindible para evitar dolencias y malformaciones, una detección precoz reduce la severidad de maloclusión y disminuye la necesidad del tratamiento de ortodoncia. Es imprescindible tanto para la población adulta como joven siendo en estos últimos muy determinante. Por esto tenemos que concienciar a la población. El éxito del tratamiento ortodóncico es tanto del profesional que lo aplica como del paciente que sigue sus pautas de cuidados. Para concluir podemos decir que tenemos que prevenir las alteraciones y realizar un tratamiento precoz.<sup>(9)</sup>

La primera consulta con ortodoncista que tiene que tener un niño es a los seis años porque así se puede evitar un largo periodo de ortodoncia en el futuro, además de evitar la mordida cruzada, malos hábitos y futuras deformaciones. Por lo tanto, aunque la mejor edad para ponerse brackets es entre los diez y los trece años nunca es tarde de ponerse ortodoncia.

En la mayoría de los casos los tratamientos para adultos se realizan a personas que no pudieron o quisieron ponerse brackets de niños, que han sufrido movimientos dentales por las muelas del juicio o a pacientes con enfermedades bucales específicas. El usar brackets los adultos tiene ventajas desventajas. Los aspectos positivos son que conseguirán resultados beneficiosos para su salud bucodental y los inconvenientes es que es un proceso más doloroso porque los dientes llevan muchos años sin movimiento y hay enfermedades bucales difíciles de revertir.

El tiempo que requieren los brackets para enderezar los dientes de los niños son una media de dos años pero depende de la alteración del menor. Lo importante de esta técnica es corregir la maloclusión dental y mejorar la calidad de vida del paciente.

## BIBLIOGRAFÍA

- Díaz Vldes L, Valle Lizama RL. Influencia de la salud bucal durante el embarazo en la salud del futuro bebé. *Gac Méd Espirit* (serie en Internet). 2015(consulta 2 enero 2020); 17(1): 111-125. Disponible en: [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_abstract&pid=S1608-89212015000100012&lng=es](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S1608-89212015000100012&lng=es)
- Cahuana A, Palma C, González Y, Palacios E. ¿Podemos mejorarla?. *Matronas Profesion* (serie en internet) 2016 (consulta 7 enero 2020);17(1):12-19. Disponible en: <http://eds.b.ebscohost.com/eds/detail/detail?vid=0&sid=d5d00e9a-9cb5-4354-924f-740db2f7f320%40pdc-v-sessmgr01&bdata=Jmxhbm9ZXMmc2l-0ZT1lZHMtbGl2ZQ%3d%3d#AN=115072656&d-b=edb>
- Bouza Vera M, Martínez Abreu J, Carmentate Rodríguez Y, Betancourt González M, García Nicieza M. El embarazo y la salud bucal. *Rev. Med. Electrón. (serie en internet)*. 2016 (consulta 7 enero 2020); 38(4) 628-634. Disponible en: [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1684-18242016000400013](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1684-18242016000400013)
- Tolentino Valencia RE. Salud bucal y calidad de vida en gestantes del Centro de Salud Cooperativa Universal febrero-julio 2016. *Horiz. Med (serie en internet)*. 2017 (consulta 10 enero 2020); 7(4): 35-41. Disponible en: [http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1727-558X2017000400007](http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1727-558X2017000400007)
- P. Ramírez V, Aravena N. Creencias y prácticas de salud bucal de padres de párvulos: estudio cualitativo. *Rev. Clin. Periodoncia Implantol. Rehabil. Oral* (serie en internet). 2015(consulta 9 enero 2020); 8(3):217-222. Disponible en: [https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0719-01072015000300007](https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0719-01072015000300007)
- Firmani M, Reyes M, Becerra N, Flores G, Weitzman M Espinosa P. Bruxismo de sueño en niños y adolescentes *Rev Chil pediatr* (serie en Internet). 2015 (consulta 27 diciembre 2019); 86(5):373-379. Disponible es: [https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0370-41062015000500012](https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0370-41062015000500012)
- Hernandez Reyes B, Diaz Gomez SM. Bruxismo: Panorámica actual. *AMC* (serie en internet). 2017(consulta 9 enero 2020); 21(1):913-930. Disponible en: [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1025-02552017000100015](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1025-02552017000100015)
- Matthews F, Cartes-Velásquez R. Factores que influyen las decisiones terapéuticas en Ortodoncia: Revisión de la literatura. *Odontoestomatología* (serie en internet). 2017(consulta 9 enero 2020); 19(29):33-45. Disponible en: [http://www.scielo.edu.uy/scielo.php?script=sci\\_abstract&pid=S1688-93392017000100033&lng=es](http://www.scielo.edu.uy/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S1688-93392017000100033&lng=es)
- Gonzalez Valdes D, Aleman Sanchez PC, Delgado Díaz Y. Prevención y tratamiento precoz de la Oclusión Invertida en la Atención Primaria de Salud. *Rev Haban cienc méd* (serie en internet). 2015 (consulta 9 enero 2020);14(6):795-805. Disponible: [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1729-519X2015000600009](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1729-519X2015000600009)