



Clínica Arriaga®

Saúde Oral na Gravidez



f t i
@clinicarriaga

☎ 291 282 590 / 961 215 060

✉ info@clinicarriaga.pt

📍 Av. Arriaga, 42B Ed. Arriaga, Sala 5.5 9000-064 Funchal

Saúde Oral na Gravidez



ÍNDICE

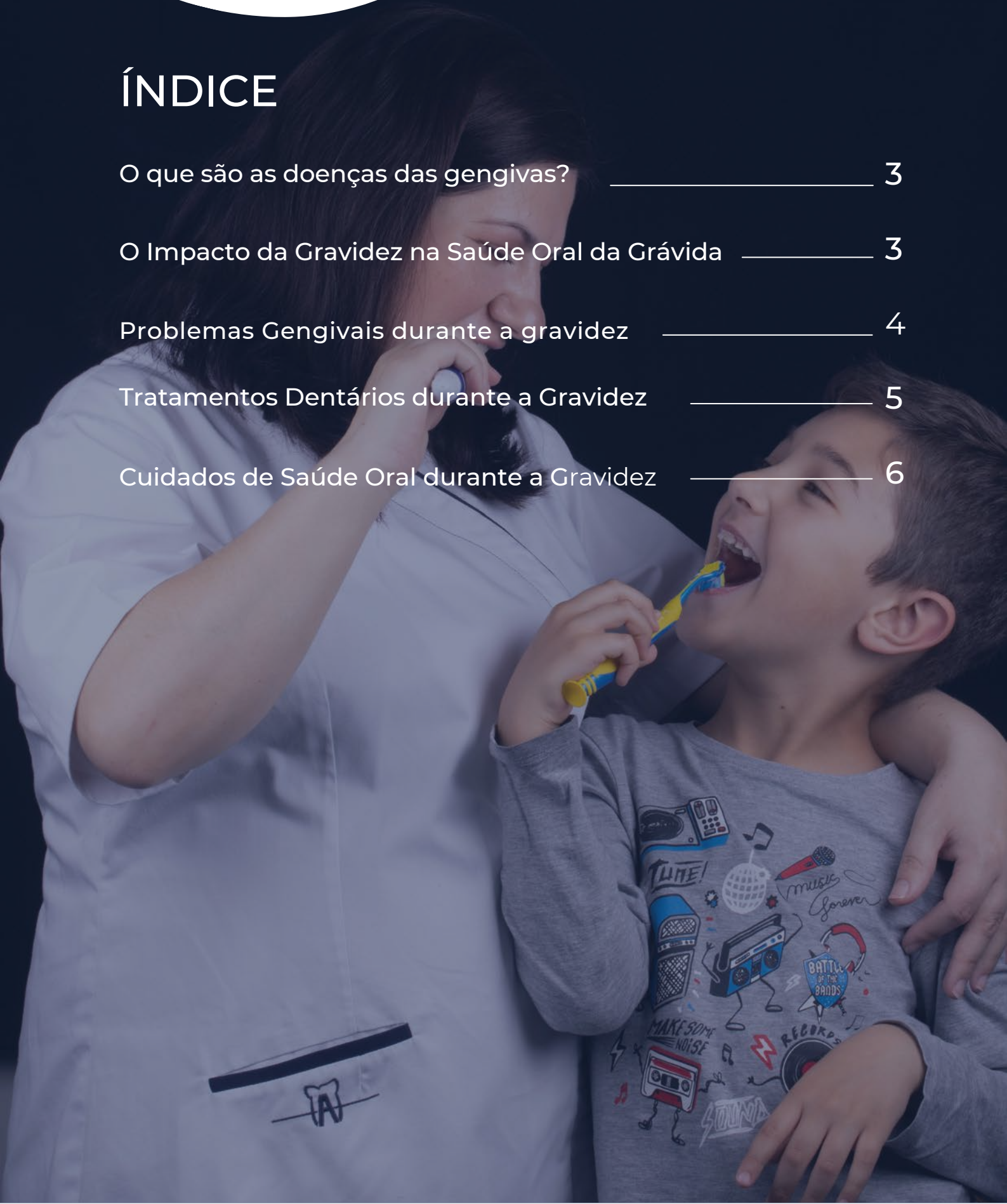
O que são as doenças das gengivas? _____ 3

O Impacto da Gravidez na Saúde Oral da Grávida _____ 3

Problemas Gengivais durante a gravidez _____ 4

Tratamentos Dentários durante a Gravidez _____ 5

Cuidados de Saúde Oral durante a Gravidez _____ 6



Saúde Oral na Gravidez

O QUE SÃO AS DOENÇAS DAS GENGIVAS?

A gravidez envolve uma série de alterações orgânicas e comportamentais que podem afetar a cavidade oral, causando um risco aumentado de cáries e doenças gengivais. Portanto, quando uma mulher planeia engravidar ou sabe que está grávida, deve solicitar uma consulta de revisão com o seu médico dentista.

O IMPACTO DA GRAVIDEZ NA SAÚDE ORAL DA GRÁVIDA

É muito importante que, durante a gravidez, a gestante mantenha uma higiene oral adequada e siga uma dieta equilibrada.

Ao contrário das crenças populares, o bebê não obtém cálcio a partir dos dentes da mãe. Quando o bebê necessita de cálcio, costuma obtê-lo, por exemplo, através da dieta da mãe, mas nunca pelos dentes.

A crença de que a gravidez traduz-se diretamente em problemas dentários para a mãe também é errada. Se estiver a desenvolver mais cáries, pode ser devido a:

- Negligência da sua higiene oral e consequente acumulação de placa bacteriana. As bactérias da placa dentária usam o açúcar que a mãe consome, para produzir ácidos que atacam o esmalte dos dentes, causando cáries.
- Mudança de hábitos e horários alimentares. À medida que o abdómen da mãe aumenta de tamanho, começa-se a comer pequenas quantidades de comida com mais frequência (porque se sentir cheia imediatamente depois de começar a comer). Deve evitar comer alimentos doces e / ou de consistência pegajosa (doces, sumos embalados, refrigerantes, doces ...)
- Vômitos associados à gravidez ou refluxo do ácido do estômago. O ácido do estômago causa erosão do esmalte dos dentes, tornando-o mais suscetível à cárie.

Saúde Oral na Gravidez

PROBLEMAS GENGIVAIS DURANTE A GRAVIDEZ

As alterações hormonais que acompanham a gravidez favorecem o aparecimento de gengivite.

A gengivite é uma inflamação e vermelhidão das gengivas que pode causar dor generalizada na boca e uma maior tendência a sangrar. Os problemas gengivais geralmente aparecem durante o segundo mês de gravidez, geralmente são altos no oitavo mês e melhoram após o parto. Se já tinha problemas gengivais ou doença periodontal antes da gravidez, é provável que piorem.

Durante o segundo trimestre também pode aparecer um "granuloma da gravidez" nas gengivas. É uma lesão protuberante localizada na gengiva e sangra facilmente. A maioria diminui de tamanho ou desaparece após o parto.

As alterações hormonais da gravidez não podem ser controladas, mas está na sua mão eliminar os restantes fatores causadores da gengivite (nomeadamente: a placa dentária - deve limpar os dentes todos os dias - e o tártaro - deve agendar uma destartarização/limpeza com o seu médico dentista).



Saúde Oral na Gravidez

TRATAMENTOS DENTÁRIOS DURANTE A GRAVIDEZ

A gravidez não é uma doença. Portanto, a gestante pode realizar os tratamentos dentários de que precisa. Durante o primeiro trimestre, geralmente são realizados apenas tratamentos de emergência, pois é durante o primeiro trimestre que as principais estruturas do bebê se formam, como o Sistema Nervoso Central com o cérebro, o coração e o Sistema Vascular, etc.

O segundo trimestre é, geralmente, o momento ideal para realizar qualquer tratamento dentário. Não há problema em usar a anestesia local durante os tratamentos. O médico dentista utiliza anestésicos que não afetam o seu bebê.

O exame radiográfico é um instrumento de diagnóstico importante para alguns tratamentos dentários. O feixe de raios radiográficos não é direcionado para o abdômen e a quantidade de radiação produzida é pequena; portanto, os raios X dentários podem ser realizados durante a gravidez, desde que seja colocado um avental de chumbo que cubra o abdômen da mulher grávida (para proteger o bebê).

No último trimestre da gravidez, pode ser desconfortável permanecer sentado na cadeira do consultório por um período prolongado e é por isso que tentamos evitar a realização de tratamentos dentários prolongados nesta fase (embora não existam inconvenientes na prática de tratamentos dentários).

O uso de óxido nitroso durante o primeiro e o terceiro trimestre da gravidez não é recomendado, pois pode estimular os músculos uterinos e favorecer o aparecimento de abortos espontâneos, durante o primeiro trimestre, e o aparecimento de contrações com risco de parto prematuro, durante o terceiro. Se existir histórico de partos prematuros, o tratamento dentário deve ser evitado nos últimos meses.



Saúde Oral na Gravidez

CUIDADOS DE SAÚDE ORAL DURANTE A GRAVIDEZ

- Evitar comer alimentos doces e / ou de consistência pegajosa (doces, sumos embalados, refrigerantes, doces ...);
- Escovar após refeições;
- Agendar consulta de avaliação, com o seu médico dentista, durante o segundo trimestre;
- De forma a minorar a acção do ácido gástrico, nos episódios de vómito, deve optar por não escovar os dentes imediatamente após o episódio. Em primeiro lugar, deve bochechar 1 copo de água com uma colher de chá de bicarbonato de sódio dissolvido.

Autora:
Dra. Petra Freitas



Clínica Arriaga®