

5 Puntos Sobre

Su Salud Dental Durante El Embarazo

1

Su Salud Dental Es Important

- ✓ Cuando mantiene sus dientes sanos durante el embarazo, también mantiene a su bebé sano.
- ✓ Los dientes de su bebé están en riesgo de caries, inclusive antes de que salga su primer diente.



3

Elige Alimentos Saludables

- ✓ Limite dulces y bebidas azucaradas como refrescos y jugos.
- ✓ Evite poner a su bebé a dormir con el biberón o durante la lactancia.



5

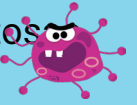
Visite Al Dentista

- ✓ Es importante no perder los consultas dentales mientras está embarazada.
- ✓ Si usted tiene Medi-Cal, también tiene cobertura dental durante y sesenta días después de su embarazo.
- ✓ ¡Asegúrese de visitar a su dentista al menos dos veces al año!
- ✓ Lleve a su bebé al dentista cuando cumpla un año de edad.

2

Las Caries Pueden Ser Contagiosas

- ✓ Bacteria en la boca puede causar caries y transmitirse de persona a persona.
- ✓ Puede prevenir la transmisión de bacterias que causan caries si evita compartir tazas, tenedores y cucharas con su bebé.
- ✓ Las caries pueden causar mucho dolor e infecciones que pueden ser muy costosas.



4

Los Dientes Limpios Son Dientes Felices

- ✓ Cepílese los dientes después de las comidas ya la hora de acostarse. Use hilo dental todos los días.
- ✓ Limpie las encías de su bebé después de cada alimentación y a la hora de acostarse, con un paño suave y húmedo.
- ✓ Cuando los dientes de su bebe empiecen a salir, utilice un cepillo de cerdas suaves para limpiarlos.
- ✓ El uso de pasta dental con fluoruro puede ayudar a proteger a usted y su bebé contra las caries.



Si necesita ayuda para encontrar un dentista local, favor de comunicarse con:
(760)995-2699 | earlysmiles@tc4oh.org



Funded by:



5 Things You Should Know About Your Oral Health During Pregnancy!

1 Your Oral Health Is Important

- ✓ By keeping your mouth healthy during pregnancy, you also keep your baby healthy!
- ✓ Your baby's teeth are at risk for decay even before the first tooth erupts.



3 Make Healthy Food Choices

- ✓ Limit sweets and sugary drinks like soda, juice, and sports drinks.
- ✓ Avoid putting your baby to sleep through bottle feeding or breastfeeding.

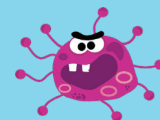


5 Visit The Dentist

- ✓ It is important to not miss your dental checkups while you are pregnant.
- ✓ If you have Medi-Cal, you also have dental coverage during and sixty days after your pregnancy.
- ✓ Make sure to visit your dentist at least twice a year!
- ✓ Your baby's first visit should be at age 1.

2 Cavities Can Be Contagious

- ✓ Cavities are caused by contagious bacteria in the mouth that can be passed from person to person.
- ✓ You can prevent the passing of cavity-causing bacteria by avoiding the sharing of cups, forks, and spoons with your baby.
- ✓ Cavities can lead to pain and infections that can be costly!



4 Clean Teeth Are Happy Teeth!

- ✓ Brush your teeth after meals and at bedtime. Floss your teeth everyday.
- ✓ Wipe your baby's mouth and gums after every feeding, and at bedtime with a soft, wet cloth.
- ✓ When your baby's teeth begin to erupt, clean them with a soft, wet baby toothbrush.
- ✓ Using fluoride toothpaste can help protect you and your baby against cavities.



If you need help with finding a local dentist please contact us at:
(760)995-2699 | earlysmiles@tc4oh.org