

Cuidar bem dos dentes previne diabetes gestacional

23/06/2009
Jornal de Uberaba

A gravidez altera o organismo da mulher, impondo novos hábitos tanto de vida quanto alimentares, que podem causar o aparecimento ou agravamento de problemas dentários como cáries e gengivites.

Aumento da acidez bucal, alterações dos hábitos alimentares (a gestante começa a se alimentar com mais frequência), maior consumo de doces e um descuido com a higiene oral, visto que toda a atenção da mãe está voltada aos cuidados com o bebê, são as principais alterações de hábito que a mulher sofre durante a gravidez.

Segundo estudo feito por pesquisadores da Universidade de Nova York, mulheres que sofrem de doenças periodontais (inflamações na gengiva, por exemplo) possuem maior possibilidade de desenvolvimento de diabetes gestacional. O estudo norte-americano concluiu também que mulheres com sangramentos na gengiva, quando comparadas com pacientes saudáveis, concentram maiores níveis de glicose no sangue.

Para quem está grávida, o mais indicado é conversar com o obstetra caso tenha sangramentos na gengiva com frequência. Optar por escovas de dente com cerdas macias é uma dica para evitar os sangramentos. "Durante a gestação, a mulher tende a acumular mais líquidos, o que favorece a formação de edemas, desencadeando os sangramentos", explica Eduardo Cordioli, obstetra do Hospital Albert Einstein (SP).

Evitar comer fora de hora, consumo excessivo de doces, optar por alimentos ricos em proteína e fibras, escovar os dentes e usar fio dental após as refeições e, pelo menos uma vez durante a gravidez, visitar o dentista para que ele oriente medidas preventivas, como usar flúor após a escovação, são detalhes aos quais a gestante deve ficar atenta para conservar a saúde bucal.

Qualquer tratamento dentário deve ser feito antes da gravidez e, caso haja urgência, pode ser realizado entre o 4º e o 6º mês de gestação, pois antes desse período o bebê ainda está em formação e medicamentos devem ser evitados.

Se houver a necessidade de realizar um tratamento dentário durante a gravidez, o raio-X (procedimento utilizado para detecção de cáries e para diagnósticos mais complicados) será feito caso o dentista analise a paciente e verifique que realmente é preciso. No entanto, é importante lembrar que o colete de chumbo é crucial para proteger o bebê.