



PRIMEROS PASOS

¡Cuide sus dientes cuando esté embarazada!

¿Sabía que los dientes y las encías que no están saludables podrían causar que su bebé nazca prematuramente o muy pequeño? ¡Incluso su bebé podría tener caries en un futuro a causa de los gérmenes de su boca!

Si no les da atención a sus dientes podría tener:

- dolor en los dientes o caries,
- encías sangrantes o
- ¡incluso podría perder sus dientes!

Visite a un dentista:

- para una revisión,
- para recibir una limpieza dental y
- para tratar cualquier problema dental que tenga.

Acuda al dentista de inmediato si:

- no ha ido en un año
- tiene dolor en la boca o le sangran las encías
- tiene alguna úlcera o protuberancia inusual en la boca

Incluso las mujeres embarazadas necesitan tomarse rayos-X algunas veces. Asegúrese de decirle a su dentista que está embarazada. Le darán atención especial para asegurarse de no dañar a su bebé.

Recursos útiles:

Los miembros de Alliance cuentan con cobertura dental: Los miembros de Medi-Cal cuentan con Denti-Cal. Para buscar un dentista, comuníquese al **1-800-322-6384**.

Los miembros de Group Care (Servicios de Apoyo en el Hogar [In-Home Supportive Services, IHSS]) cuentan con Delta Dental. Comuníquese con la autoridad pública al **510-777-4201**.



¡Cuide sus dientes!
Cepílese los dientes después de cada comida, no olvide usar hilo dental y consultar a su dentista.

ALAMEDA
Alliance
FOR HEALTH

Health care you can count on.
Service you can trust.