

PER LE MAMME: GRAVIDANZA E FLUOROPROFILASSI

Durante il periodo della gravidanza, le donne vanno incontro a cambiamenti fisiologici che possono influenzare anche la salute dei denti e delle gengive. Nelle nuove raccomandazioni del Ministero della Salute sono fornite indicazioni sul comportamento da tenere durante il periodo di gestazione.

Carie, erosione dello smalto, infiammazione delle gengive, malattia parodontale: sono tutte malattie orali che possono manifestarsi di frequente durante la gravidanza, queste condizioni possono avere **CONSEGUENZE NEGATIVE ANCHE PER LA SALUTE DEL FETO E DEL BAMBINO**. Fondamentale quindi porre molta attenzione anche alla salute di bocca e denti durante i nove mesi di gravidanza.

Denti e gengive possono più facilmente ammalarsi a causa di modificazioni ormonali e della risposta immunitaria e, per esempio, può manifestarsi un'**INFIAMMAZIONE DELLE GENGIVE**; problemi come l'iperemesi gravidica o la malattia da reflusso esofageo, invece, possono provocare **L'EROSIONE DELLO SMALTO** e l'aumento del **RISCHIO DI CARIE**.

Teniamo presente il fatto che quanto più sono estese e numerose le carie materne, tanto più aumenta la possibilità di trasmissione di batteri responsabili di carie e malattia parodontale al bambino appena nato. Prendersi cura dei denti durante la gravidanza promuove dunque anche la salute del proprio bambino!

Episodi ripetuti di vomito e nausea possono provocare la demineralizzazione dei denti, con erosione dello smalto e aumento del rischio di carie, alcuni comportamenti virtuosi possono ridurre tale rischio:

- **ALIMENTARSI SPESSO** con piccole quantità di cibo nutriente. **BERE ABBONDANTEMENTE** durante l'intero arco della giornata.
- Dopo il vomito, **RISCIACQUARE LA BOCCA CON ACQUA E BICARBONATO** (ne basta un cucchiaino): questa soluzione aiuta a neutralizzare l'acidità dell'ambiente orale.
- Dopo mangiato, **MASTICARE CHEWING GUM SENZA ZUCCHERO O CON XILITOLO**.
- Utilizzare **SPAZZOLINI DA DENTI DELICATI E DENTIFRICI AL FLUORO NON ABRASIVI**: in questo modo si evitano danni alle superfici dei denti rese più delicate dalla demineralizzazione (la sciar passare una mezz'ora dal pasto prima di lavarsi i denti).

PER LE MAMME: GRAVIDANZA E FLUOROPROFILASSI

I SUGGERIMENTI PROPOSTI DAL MINISTERO DELLA SALUTE PER LA SALUTE ORALE DELLE DONNE IN GRAVIDANZA.

- 1 Spazzolare i denti due volte al giorno con un dentifricio al fluoro e utilizzare il filo interdentale tutti i giorni;
- 2 Limitare ai soli pasti l'assunzione di cibi contenenti zuccheri;
- 3 Evitare le bevande gassate e zuccherate, preferendo l'acqua;
- 4 Preferire la frutta ai succhi di frutta;
- 5 Se sono passati più di sei mesi dall'ultimo controllo dal dentista, richiederne subito uno, con una seduta d'igiene orale professionale, se ritenuta necessaria dal dentista;
- 6 Per qualunque problema ai denti o alle gengive, consultare subito il dentista: non c'è nessuna controindicazione ai trattamenti durante la gravidanza!
- 7 Non temere se il dentista intende utilizzare farmaci o sostanze particolari (antibiotici, anestetici locali, analgesici, colluttori ecc.): basterà comunicare lo stato di gravidanza ed egli sceglierà i presidi corretti.

In caso di necessità, il momento migliore per le terapie dentali in gravidanza è **TRA LE 14 E LE 20 SETTIMANE**, quando ormai il rischio per il nascituro è diminuito e tutti gli organi del bambino sono formati. Per approfondire l'argomento si possono consultare le Raccomandazioni per la promozione della salute orale in età perinatale del Ministero della Salute.

Attenzione: sempre più numerosi studi sembrano indicare l'esistenza di **UN'ASSOCIAZIONE TRA MALATTIE GENGIVALI E PROBLEMI NELLA GRAVIDANZA**, in particolare il **PARTO PRE-TERMINE** e il basso peso alla nascita del bambino.

Iniziare a prendersi cura del proprio figlio anche prima che venga al mondo, può essere un ottimo stimolo per assumere uno stile di vita corretto che consentirà di vivere ancor più serenamente questa splendida fase della vita.

IL FUMO IN GRAVIDANZA È UN FATTORE DI RISCHIO ANCORA PIÙ IMPORTANTE: PRENDITI CURA DI TE STESSA E DEL TUO BAMBINO

NON FUMARE

Fluoroprofilassi in gravidanza

La letteratura scientifica è controversa. Alcuni studi consigliano l'assunzione sistemica di compresse di fluoro a beneficio del feto e della madre. Altri autori sono scettici sull'efficacia del fluoro sistemico sulla dentatura del nascituro. Entrambe concordano però che l'utilizzo topico di paste dentifriche e/o di colluttori a base di fluoro durante il periodo della gravidanza, sia d'aiuto nel mantenimento della salute orale della madre, con i benefici per la salute del figlio accennati nei capoversi precedenti. La valutazione del rischio carie e dello stato di salute del cavo orale permetteranno al dentista di valutare la necessità di quest'utile presidio.

Per la **FLUOROPROFILASSI NEI BAMBINI VEDI L'APPOSITA SCHEDA**.

I soci dell'Accademia sapranno consigliare il trattamento più adatto alle esigenze della futura mamma.