

## GRAVIDANZA

Già dal 2° mese di gravidanza i denti del bambino sono in via di formazione. La loro cura deve iniziare già durante la maternità. Per questo motivo la mamma per il suo bimbo e per se stessa, deve:

1. **Non fumare:** almeno durante i 9 mesi di gravidanza perché il fumo riduce la quantità di ossigeno che arriva al feto danneggiando, non solo la formazione dei denti, ma tutto l'organismo del bimbo.
2. **Corretta alimentazione:** con l'ampio apporto di vitamine C (agrumi, kiwi, pomodori), D (latticini, uova, fegato) e calcio (latte, formaggi, yogurt).
3. **Fuoro:** assicurarsi che nella zona dove si risiede le acque dell'acquedotto siano fluorate. Se si usa solo acqua minerale, controllarne il contenuto di fluoro sull'etichetta.
4. **Igiene della bocca:** durante la gravidanza la bocca della mamma è più soggetta a carie e infezioni.

Quindi occorre:

- fare una seduta di pulizia dal dentista al 2° o 3° mese ed un'altra all'8°
- usare regolarmente un collutorio al fluoro che svolge un'importante azione di prevenzione della carie
- seguire un corretto programma di igiene presso il proprio domicilio; altrimenti durante la gravidanza le gengive e i denti della mamma si ammaleranno e sarà facile contaminare la bocca del piccolo appena nato con batteri che causeranno fastidiose infiammazioni delle gengive e successivamente intaccheranno i suoi dentini.

### **L'igiene orale ha effetto diretto sulla gravidanza.**

Significative prove scientifiche suggeriscono un legame tra le malattie gengivali ed il rischio di nascite premature e sottopeso. Le donne incinte con presenza di malattia gengivale e cattiva igiene durante la gravidanza, sono **più predisposte** al rischio di **parto prematuro** e di nascita del **bambino sotto peso**.