

# Denti sani per la gestante e il bambino



Schweizerische Zahnärzte-Gesellschaft

Société Suisse d'Odonto-stomatologie

Società Svizzera di Odontologia e Stomatologia

**SSO**

# Denti sani durante la gravidanza

Il detto popolare in base al quale con ogni gravidanza le donne perderebbero un dente va definitivamente sfatato.

Se curate i vostri denti in modo corretto, se seguite un'alimentazione equilibrata e se non trascurate i controlli dal dentista, i vostri denti e le vostre gengive resteranno sani anche durante la gravidanza.



# Le infiammazioni delle gengive si possono evitare

A causa dei cambiamenti ormonali che intervengono durante la gravidanza, è possibile che la gestante soffra di infiammazioni delle gengive. Per questo motivo è particolarmente importante rimuovere quotidianamente i batteri che si depositano sui denti (placca).

Fatevi consigliare dal vostro medico dentista sul sistema più adatto per pulire i denti e rimuovere nel migliore dei modi la placca batterica dal solco gengivale.



# Come evitare danni ai denti

## Lo zucchero provoca la carie

Un consumo frequente di zucchero provoca la carie.

Fate dunque particolarmente attenzione agli spuntini e alle bevande contenenti zucchero. L'eccessivo consumo non giova al bambino e alla mamma causa sovrappeso e l'insorgere della carie.

## Il vomito intacca lo smalto dei denti

Subito dopo aver vomitato o aver avuto rigurgiti di acidi gastrici, sciacquate la bocca con dell'acqua o meglio ancora, con un collutorio al fluoruro.

Aspettate a spazzolare i denti, per evitare d'asportare lo smalto intaccato dagli acidi.



## Le bevande acide guastano i denti

Le bevande gassate e zuccherate (soft drinks), il tè freddo, i succhi di frutta e altre bevande acide rovinano i denti per due motivi: gli acidi intaccano il dente (erosione) e lo zucchero alimenta i batteri della placca, il che può provocare la carie. Il problema è che nonostante siano acide, queste bevande risultano spesso dolci al palato.



# ...e il bebè?

Oltre a diminuire il rischio di sviluppare carie e infiammazioni delle gengive, una buona igiene orale durante la gravidanza riduce anche la trasmissione di batteri cariogeni al bambino. L'infermiera del poliambulatorio materno e pediatrico, il pediatra e il medico dentista vi informeranno volentieri su come mantenere sani i denti del vostro bambino.





# Prevenire la carie

## Il fluoruro protegge dalla carie

Per prevenire in modo efficace la carie, utilizzate un dentifricio al fluoruro e cucinate con sale fluorato (confezioni con la striscia verde). Il vostro medico dentista vi consiglierà, se necessario, ulteriori misure quali l'uso di gelatine e collutorio al fluoruro.





## Dente con l'ombrello = dolciumi «salva-dente»

Per soddisfare la voglia di qualcosa di dolce, vi consigliamo i dolciumi «salva-denti», contrassegnati dal simbolo del dente con l'ombrello.

Questi prodotti contengono sostituti dello zucchero ed edulcoranti e non danneggiano i denti.



# Riassumendo...

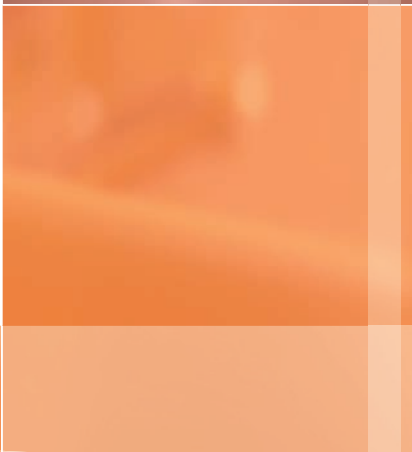
**Denti sani e belli  
migliorano la qualità  
della vita.**

**La gravidanza non fa  
perdere i denti.**

**Spazzolare i denti  
almeno due volte  
al giorno con un  
dentifricio al fluoruro.**

**In cucina usare sale  
fluorato.**

**Un consumo frequente  
di zucchero e di bevande  
acide, come pure  
un'igiene  
orale insufficiente  
rovinano i denti.**



**La placca provoca infiammazioni delle gengive e carie.**

**Durante la gravidanza, chiedete al vostro medico dentista e alle sue collaboratrici quali misure preventive adottare e come curare la vostra igiene orale. In tal modo eviterete infiammazioni delle gengive e carie.**

**Le misure preventive qui descritte avranno un influsso positivo anche sulla salute dei denti del vostro bambino.**



# Impressum

## Istituti di medicina dentaria delle università di Basilea, Berna, Ginevra e Zurigo

**ASP** Associazione svizzera  
di pedodonzia

**SSOPR** Società svizzera di  
odontoiatria preventiva e  
restaurativa

**SSGO** Società svizzera di  
ginecologia e ostetricia

**SSP** Società svizzera di  
pediatria

**FPP** Forum per la pediatria  
pratica

**ASISP** Associazione  
svizzera delle infermiere  
pediatriche visitatrici

Il presidente della  
Commissione  
Prof. dott. Adrian Lussi,  
Università di Berna

Maggio 2006  
Grafica: Atelier Mauslick, Belp  
Stampa: Jordi AG – Das Medienhaus, Belp



[www.sso.ch](http://www.sso.ch)