

# 8 consigli per la prevenzione delle malattie della bocca per neonati e neomamme



A cura di

**Dott. Rosario Caschetto**

# 1 Previene carie e gengivite

Durante il periodo di gravidanza, il tuo organismo va incontro a cambiamenti fisiologici complessi che possono incidere negativamente sulla salute orale.

Le modificazioni della **dieta** e dell'**igiene orale**, le **nausee mattutine**, il **reflusso** acido possono provocare la demineralizzazione dei tessuti dentali con **erosioni** dello smalto e aumento del rischio di **carie** se non si interviene in tempo.

A causa delle modificazioni ormonali, vascolari e immunologiche associate alla gravidanza, i tessuti gengivali spesso manifestano una risposta infiammatoria esagerata nei confronti dei microbi patogeni dei biofilm orali gengivali.

Durante la gravidanza è, quindi frequente l'insorgenza o l'aggravamento di patologia dei tessuti parodontali, come **gengivite, parodontite ed epulidi**.

## 2 Curati

La prevenzione e il trattamento delle gengiviti, delle parodontiti e delle carie dentali prima, durante e dopo la gravidanza possono migliorare la tua salute e quella del tuo bambino.

Il **secondo trimestre** (dalla 14a alla 20a settimane di gestazione) è considerato il momento più sicuro e più comodo per effettuare le cure preventive e operative odontoiatriche (l'utero in

gravanza è al di sotto dell'ombelico entro 20 settimane di gestazione e le procedure odontoiatriche possono essere eseguite con maggiore comodità sulla poltrona dentale, rispetto ai periodi successivi).

Informa il tuo dentista della tua gravidanza e della data presunta del parto.

Durante il primo trimestre è utile recarsi dall'odontoiatra per la diagnosi e le eventuali terapie di processi patologici che necessitano di trattamento immediato;

In caso di sanguinamento gengivale, dolore dentale, presenza di cavità nei denti, denti mobili, gonfiore alle gengive che insorgono durante il periodo di gravidanza, è necessario recarsi dal proprio odontoiatra per la diagnosi e le cure del caso;

Eventuali infezioni acute e dolori che ti costringerebbero a assumere farmaci per dolore o alcuni antibiotici possono essere curate in ogni momento della gravidanza in sicurezza.



Il ritardo nel provvedere alle cure necessarie per condizioni patologiche esistenti potrebbe comportare un rischio significativo per la madre e, indirettamente, al feto

### 3 Informati

Il tuo dentista di fiducia può darti tutte le informazioni che ti servono per rinforzare le tue tecniche di igiene orale in maniera compatibile con **le tue necessità** relative a questo periodo.

Fatti consigliare quale spazzolino utilizzare e come utilizzarlo.

É necessario l'utilizzo di collutori o di filo interdentale? Come utilizzarlo?



### 4 Cura la tua igiene

Il **Ministero** della salute consiglia di

- spazzolare i denti due volte al giorno con un dentifricio al fluoro e utilizzare il filo o altro ausilio interdentale tutti i giorni;

- effettuare una visita odontoiatrica e una seduta di igiene orale professionale, se non è stata effettuata negli ultimi sei mesi o se si è verificata una nuova condizione; in caso di problemi di salute ai denti o alle gengive, recarsi dal proprio odontoiatra per poter eseguire le terapie necessarie e indicate, anche prima del parto.

- utilizzare spazzolini da denti delicati e dentifrici al fluoro non abrasivi per prevenire danni alle superfici dei denti demineralizzate dal contatto con il contenuto gastrico acido per reflusso o vomito.

### 4 Cura la tua dieta

**Limita** l'assunzione di cibi contenenti zuccheri ai pasti principali;  
Scegli acqua o latte magro come bevanda. Evita le bevande gassate durante la gravidanza;

Scegli frutta fresca piuttosto che succhi di frutta per soddisfare l'assunzione di frutta giornaliera raccomandata;

Alimentati frequentemente con piccole quantità di cibo nutriente;

Dopo gli episodi di vomito risciacqua la bocca con acqua con disciolta una piccola quantità di bicarbonato (un cucchiaino) per neutralizzare l'acidità dell'ambiente orale; Lava i denti solo dopo mezz'ora dall'episodio, i sali minerali contenuti nella saliva inizieranno a depositarsi sulle superfici dentali minimizzando il rischio di **erosione**.

Mastica chewing-gum senza zucchero o contenente xilitolo dopo aver mangiato per stimolare la salivazione

## 6 Previene i fastidi della bocca del bambino

Pulisci le gengive del bambino anche prima dell'eruzione dei denti, dopo la poppata, con una garza morbida o uno spazzolino a setole molto morbide; Durante la fase eruttiva diminuirà la sensazione di fastidio alle gengive.

Inoltre si creerà una **routine positiva** che si tenderà a mantenere anche dopo l'eruzione dei dentini.

In commercio esistono dei massaggi gengive contenenti acqua che possono essere conservati in frigo alleviando i fastidi

quando spunteranno i primi denti, pulire con uno spazzolino molto morbido.

## 7 Previene la carie del bambino

Evita di mettere a letto il bambino con il succhiotto o un biberon contenente bevande differenti dall'acqua

Evita tutti lo **zucchero** per il primo anno di vita

Dopo limita i cibi contenenti zuccheri solo durante i pasti

Numerosi studi dimostrano che esiste una trasmissione verticale (da madre in figlio) dei batteri della carie



Evita comportamenti con scambio di saliva, ad esempio la condivisione del cucchiaino della pappa o del succhiotto, o la pulizia del succhiotto con la propria saliva, lo scambio di saliva durante i giochi.

Evita di mettere sostanze zuccherate sul ciuccio per aumentare la collaborazione del bambino

## 8 Previene le malocclusioni del bambino

Molte malocclusioni sono dovute a succhiamento del dito o del ciuccio.

Cerca di non rinforzare abitudini viziate

Il **ciuccio** è sicuramente un metodo funzionale a calmare il pianto del bambino e a facilitare l'addormentamento. In caso di utilizzo prediligere ciucci dal formato ergonomico che non costringono la lingua in posizioni errate che possono disturbare la normale crescita della bocca. Scegli un succhietto ortodontico

Scegli dei succhietti che hanno le ali esterne piccole e forate così da non favorire la respirazione orale e il ristagno di saliva, che può facilitare infezioni micotiche come il mugugno agli angoli delle labbra

Scegli dei biberon con tettarella anatomica che mima la forma del capezzolo e non allargare mai il foro. Il succhiamento stimola la crescita scheletrica della bocca.



Credi che questo articolo possa essere utile a qualcuno? Sei libera di condividerlo.

Preparati ai sorrisi più belli che hai mai visto

*Rosario Caschetto,*

*Odontoiatra e papà di Rachele*

Fonte: esperienza personale e Raccomandazioni per la promozione della salute orale in età perinatale edito da MINISTERO DELLA SALUTE, Segretariato generale Ufficio III Ex DCOM

### **Dott. Rosario Caschetto**

*Odontoiatria estetica e parodontologia*

Iscrizione n°230 all'Ordine degli odontoiatri di Ragusa

Riceve presso Centro odontoiatrico Dr Gallone - Ortodonzia linguale

Dir.sanitario Dr Mariano Gallone Albo Ct n°471

viale Artale Alagona 41b Catania

Telefono e whatsapp: 0957462121

Mail: [info@ortodonzialinguale.net](mailto:info@ortodonzialinguale.net)

Instagram [dr\\_gallone\\_ortodonzia\\_linguale](https://www.instagram.com/dr_gallone_ortodonzia_linguale)

MESSAGGIO DI INFORMAZIONE SANITARIA ai sensi del Decreto legge 223/2006 e dell'Art. 1 della legge di Bilancio 2019 (L. 30/12/2018 n. 145) al comma 525