

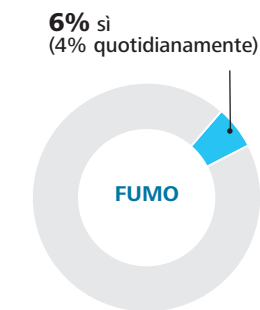
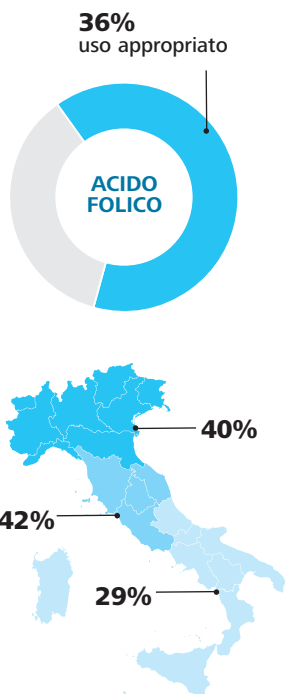
## Buone pratiche in gravidanza

Il periodo compreso tra il concepimento e il compimento dei 2 anni di vita del bambino è di estrema importanza per lo sviluppo e lo stato di salute in età pediatrica e adulta.

Alcune buone pratiche in gravidanza sono risultate efficaci per garantire al neonato un adeguato sviluppo fisico e cognitivo.

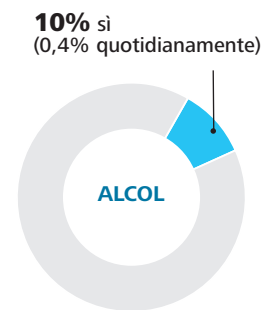
In particolare, assumere una supplementazione giornaliera di **acido folico** di 400 microgrammi a partire da almeno un mese prima del concepimento e per tutto il I trimestre di gravidanza riduce il rischio di difetti del tubo neurale (per esempio spina bifida). L'astensione dal **fumo** di sigaretta e dal consumo di **alcol** evita di esporre l'embrione e il feto a rischi che possono avere conseguenze alla nascita (malformazioni, prematurità, basso peso alla nascita) e a lungo termine (disturbi cognitivi e comportamentali).

I risultati dello studio NASCITA, coerentemente con quanto osservato anche per esempio nel Progetto Sorveglianza 0-2 – [www.epicentro.iss.it/sorveglianza02anni/](http://www.epicentro.iss.it/sorveglianza02anni/), documentano come poco più di un terzo delle mamme ha assunto acido folico in modo appropriato e con differenze geografiche. Sebbene la percentuale di mamme fumatrici o che consumano alcol sia bassa è auspicabile ridurre ulteriormente questi comportamenti.



### Caratteristiche sociodemografiche:

- nessuna differenza geografica
- maggiore per mamme singole (17%) e per mamme con basso livello di istruzione (15%)



### Caratteristiche sociodemografiche:

- nessuna differenza per età, livello d'istruzione e occupazione
- maggiore al Nord (16%) versus Centro e Sud

