

Scritto da Maria Rea

Martedì 13 Giugno 2017 21:17

---



Una carenza di vitamina D in una donna in gravidanza può determinare carie nel bambino. E' quanto è emerso da uno studio, pubblicato su *Pediatrics* e condotto dall'Università di Manitoba, in Canada.

I ricercatori hanno monitorato i livelli di vitamina D nel sangue di 207 donne incinte e controllato la salute orale dei bambini fino a un anno di età. Risultato: il 33% delle donne aveva livelli bassi di vitamina D, il 22% dei bambini aveva problemi di demineralizzazione dello smalto e il 36% addirittura dentini cariati. E le mamme dei bimbi con problemi di salute orale erano proprio quelle con carenza di vitamina D.

Come ha sostenuto sostiene Andrea Ghiselli, ricercatore del Cra, Consiglio per la ricerca e la sperimentazione in agricoltura, "Ne servono 15 mcg al giorno e questo vale in tutti i periodi e le età della vita, tranne dopo i 75 anni quando si sale a 20 mcg".

Inoltre, questa vitamina è importante perchè protegge la salute delle nostre ossa e dei denti in tutte le età della vita, in quanto stimola l'assorbimento del calcio e la mineralizzazione dell'apparato scheletrico. E in più, mettendo in moto un meccanismo antinfiammatorio, dovrebbe difenderci da malattie come asma, dermatite atopica, ma anche rialzi pressori - spesso frequenti proprio in gravidanza - nonché diabete e malattie cardiovascolari.