

- ISTITUTO SUPERIORE DI SANITA'
- REGIONE AUTONOMA FRIULI VENEZIA GIULIA
- PROVINCIA DI TRIESTE ASSESSORATO AFFARI SOCIALI
- COMUNE DI TRIESTE ASSESSORATO SERVIZI SOCIALI E SANITARI E PARI OPPORTUNITA'
- A.S.S. n° 1 TRIESTE CONSULTORI FAMILIARI
- MEDICI DI MEDICINA GENERALE
- ORDINE DEI MEDICI DELLA PROVINCIA DI TRIESTE
- ORDINE DEI FARMACISTI DELLA PROVINCIA DI TRIESTE
- COLLEGIO DELLE OSTETRICHE

**ASSUMENDO ACIDO FOLICO**

**PREVIENI ALCUNE MALFORMAZIONI**

**NON FUMANDO IN GRAVIDANZA E ALLATTAMENTO**

**PREVIENI LA RESTRIZIONE DELLA CRESCITA FETALE, LA MINACCIA DI PARTO PRETERMINE, IL BASSO PESO ALLA NASCITA E LA MORTE PERINATALE**



ISTITUTO PER L'INFANZIA  
I.R.C.C.S.  
"BURLO GAROFOLO"



U.O.C. PATOLOGIA OSTETRICA  
GINECOLOGICA  
DIRETTORE DR S. ALBERICO

DIPARTIMENTO OSTETRICO GINECOLOGICO  
DIRETTORE PROF S. GUASCHINO

# 1. CHE COS'E' L'ACIDO FOLICO?

E' una **vitamina** del gruppo dei folati essenziale nel normale **sviluppo** della colonna vertebrale, cervello, scheletro, parete addominale e cuore del tuo bambino durante le prime quattro settimane di **gravidanza**.

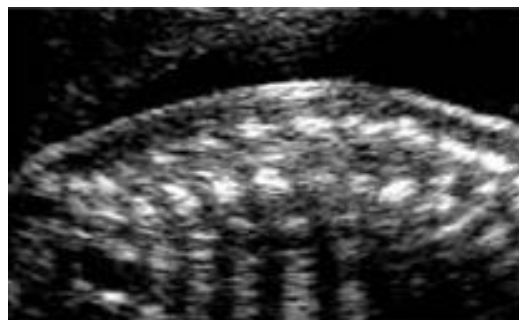
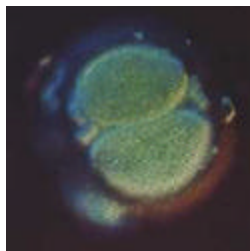
**E' ESSENZIALE  
ASSUMERLO PRIMA DEL  
CONCEPIMENTO**

# 2. CHE COSA SONO I DIFETTI DEL TUBO NEURALE?

Sono **malformazioni** congenite dovute ad una difettosa chiusura del tubo neurale con anomalie a livello del cervello e della colonna vertebrale. Possono determinare **aborto** o **handicap** permanenti. La spina bifida è la più comune.

# 3. 0.4 MG AL GIORNO

Tutte le donne in epoca pre concepimento dovrebbero assumere **almeno 0.4 mg** di acido folico al giorno. Per ridurre il rischio di malformazioni congenite dovresti iniziare l'assunzione **tre mesi prima** del concepimento e continuare fino alla dodicesima settimana di gravidanza.



# 4. LA TUA STORIA

Se hai avuto nella **precedente** gravidanza un caso di difetto del **tubo neurale** o hai una storia familiare di questo tipo devi assumere una dose maggiore (**fino a 5 mg**) di acido folico: **parlane con il tuo medico di fiducia**

# 5. FAI UNA DIETA CORRETTA

Fonti eccellenti di **acido folico** sono rappresentate da alcuni **vegetali** come asparagi, broccoli, cavolini di Bruxelles, fagioli, cereali arricchiti, succo d'arancia, avocado, piselli, soia e ceci.

**AUMENTANE L'USO  
NELL'EPOCA DEL  
CONCEPIMENTO**

# 6. SCREENING PRENATALE

Alcuni difetti del tubo neurale possono essere diagnosticati prima della nascita. Se hai iniziato la gravidanza e vuoi saperne di più sulla **diagnosi prenatale** dei difetti del tubo neurale parlane con il tuo medico.

dott. S. Alberico alberico@burlo.trieste.it  
dott. R. Natale natale@burlo.trieste.it  
dott. A. Sartore sartore@burlo.trieste.it  
Istituto per l'infanzia - IRCCS Burlo Garofolo