

Carenza di Ferro e Anemia da Carenza di Ferro in Gravidanza. Screening e Supplementazione

Qual è lo scopo di questa raccomandazione?

In gravidanza, lo screening per carenza di ferro e la sua supplementazione sono spesso effettuati come misura generica di prevenzione. L'obiettivo è proteggere la salute della madre e del bambino. La carenza di ferro è frequente, e tende ad aumentare col progredire della gravidanza. La prevalenza varia in base a fattori razziali, etnici e socioeconomici, tra cui l'accesso limitato a cibo sano e in quantità sufficiente.

Perché il ferro è importante? Quali fattori possono provocare carenza?

Il **ferro** è essenziale per produrre emoglobina, proteina che trasporta l'ossigeno nell'organismo; è inoltre necessario per altre proteine coinvolte nel metabolismo. Il ferro viene immagazzinato soprattutto nel fegato: quando i depositi si esauriscono si verifica una carenza, con conseguente anemia.

I danni per mamma e bambino possono comprendere: parto prematuro, emorragia post-partum, basso peso alla nascita e problemi neuro-cognitivi.

Fattori di rischio da considerare sono alimentazione inadeguata (es. dieta vegana), problemi di salute che ostacolano l'assorbimento del ferro, sintomi di carenza già presenti prima della gravidanza.

In gravidanza sono necessari screening per anemia e/o supplementazione con ferro?

Lo **screening** si basa sull'esame emocromocitometrico, da eseguire nel primo trimestre di gravidanza, e sul dosaggio di ferritina, indicatore delle variazioni di ferro nei depositi.

La **supplementazione** si effettua con basse dosi di ferro, anche senza aver effettuato i test di screening.

I più comuni effetti collaterali comprendono nausea, costipazione e dolori addominali.

Raccomandazioni su screening e supplementazione possono variare tra i differenti Paesi: frequente è la richiesta dell'esame emocromocitometrico, mentre la scelta di iniziare una supplementazione dipende dalla qualità della dieta: donne con accesso limitato a cibo sano è molto probabile abbiano un minor assorbimento di ferro.

Quali sono le raccomandazioni USPSTF?

La raccomandazione fa riferimento esclusivamente a "donne gravide asintomatiche, adolescenti e adulte".

Al momento, non ci sono prove sufficienti per valutare benefici e danni dello screening e della supplementazione di ferro per prevenire problemi di salute in donne gravide asintomatiche.

La raccomandazione non è rivolta a donne malnutrite, con sintomi di carenza di ferro, anemia, malattie ematologiche, o con diete che non soddisfano il loro fabbisogno di ferro (come la dieta vegana).

POPOLAZIONE	RACCOMANDAZIONE	GRADO
 Donne adolescenti e adulte gravide, asintomatiche	Nell'ambito della prevenzione di eventi avversi per la salute della madre e del bambino, al momento NON esistono evidenze sufficienti per stabilire benefici e danni di <ul style="list-style-type: none">▪ screening per carenza di ferro e/o per anemia da carenza di ferro▪ supplementazione routinaria di ferro	

RIFERIMENTI

USPSTF. Final Recommendation Statement. Iron Deficiency and Iron Deficiency Anemia During Pregnancy: Screening and Supplementation. August 20, 2024.

<https://www.uspreventiveservicestaskforce.org/uspstf/recommendation/iron-deficiency-anemia-in-pregnant-women-screening-and-supplementation>