

Genitori oggi: i trucchi del mestiere

# Febbre, dolore e infiammazione



Che fare?

# INDICE

|  |        |
|--|--------|
| GENITORI OGGI: I TRUCCHI DEL MESTIERE..... | pag. 3 |
| FEBBRE, DOLORE E INFIAMMAZIONE.....        | " 4    |
| IN CASO DI FEBBRE.....                     | " 5    |
| • COSA FARE                                |        |
| • DA RICORDARE                             |        |
| • CONSULTARE IL PEDIATRA                   |        |
| IN CASO DI DOLORE.....                     | " 6    |
| • COSA FARE                                |        |
| • DA RICORDARE                             |        |
| • CONSULTARE IL PEDIATRA                   |        |
| IN CASO DI INFIAMMAZIONE.....              | " 7    |
| • COSA FARE                                |        |
| • DA RICORDARE                             |        |
| • CONSULTARE IL PEDIATRA                   |        |

## Società Italiana di Pediatria Preventiva e Sociale

Giuseppe Di Mauro, Sergio Bernasconi, Gianni Bona, Salvatore Barberi, Anna Maria Castellazzi, Claudio Maffeis, Vito Leonardo Miniello, Giuseppe Varrasi, Emanuele Miraglia del Giudice, Elena Chiappini, Daniele Ghiglioni, Elvira Verduci, Guido Brusoni, Franco Locatelli, Lorenzo Mariniello, Leo Venturelli.

Copyright © 2014 - Finito di stampare nel mese di Febbraio 2014

ISBN: 88-6135-162-X  
978-88-6135-162-2

**EDITEAM Gruppo editoriale**

www.editeam.it - info@editeam.it

Progetto Grafico: EDITEAM Gruppo Editoriale

Tutti i diritti sono riservati. Nessuna parte di questa pubblicazione può essere riprodotta, trasmessa o memorizzata in qualsiasi forma e con qualsiasi mezzo senza il permesso scritto dell'Editore.

L'Editore declina, dopo attenta e ripetuta correzione delle bozze, ogni responsabilità derivante da eventuali errori di stampa, peraltro sempre possibili. I contenuti del presente Vademecum non sostituiscono i consigli del proprio medico che va sempre consultato.



Si ringrazia **ANGELINI** per il contributo non condizionato all'iniziativa.

# GENITORI OGGI: I TRUCCHI DEL MESTIERE



Diventare ed essere genitori è un'esperienza unica e irripetibile. Ma al tempo stesso è un impegno o, se si preferisce, una missione di elevata responsabilità, da affrontare con buon senso, intuito e sensibilità. Non esiste una scuola per genitori e non bastano pochi clic su Internet per trovare consigli e indicazioni: quando in gioco ci sono la crescita sana e sicura di un bambino, l'autorevolezza delle fonti è irrinunciabile così come il consiglio e l'assistenza del Pediatra che deve essere la figura di riferimento per ogni genitore.

Nell'ultimo secolo il progresso scientifico ha compiuto passi straordinari per salvare i bambini da malattie e disagi ma non sarebbe stata da sola sufficiente senza le competenze, la disponibilità, la comprensione e quella spinta motivazionale animata dall'amore che ispira, guida e sostiene ogni Pediatra nel quotidiano impegno della propria insostituibile attività.



Su questi valori si fonda "**Regaliamo Futuro**" il macro progetto di salute globale dei Pediatri italiani in virtuosa sinergia con il Ministero della Salute, per favorire la cultura della prevenzione, della diffusione di consigli per corretti stili di vita e di indicazioni pratiche frutto delle moderne acquisizioni scientifiche per affrontare correttamente i più comuni disturbi dell'età evolutiva. Il progetto si declina in una serie di aree tematiche fra cui "**Bambini da amare, Bambini da salvare**" dedicata a Voi genitori per aiutarvi a prendervi cura dei vostri bambini con competenza e serenità, sempre sotto la vigile guida del vostro Pediatra.



Vi presentiamo quindi la prima di una serie di mini guide denominate "**Genitori oggi, i trucchi del mestiere**", frutto dell'elaborazione pratica delle moderne Linee Guida scientifiche. L'aspetto sorprendente di un trucco, poi, risiede non soltanto nella sua efficacia ma anche nella sua immediatezza e semplicità, proprio come una scorciatoia consente di raggiungere una meta prima e con minor fatica: ci auguriamo così di aiutarvi concretamente nello straordinario impegno di essere "**Genitori oggi**".



# FEBBRE, DOLORE E INFIAMMAZIONE

La febbre e il dolore sono sintomi che devono essere sempre correttamente interpretati e affrontati. Soprattutto nel bambino. L'aumento della temperatura corporea oltre i 37,5 °C è un meccanismo di difesa naturale, finalizzato a ostacolare la crescita dei microrganismi e a mobilitare le risorse per combatterli. Anche il dolore è un segnale di allarme che richiama l'attenzione al distretto corporeo interessato: il bambino lo percepisce in maniera più intensa rispetto all'adulto ed è importante non sottovalutarlo. L'infiammazione, infine, è il processo innescato da un evento infettivo, traumatico o lesivo: in questo senso è strettamente legato alla febbre e soprattutto al dolore ed è a sua volta l'effetto di una serie di mediatori, cioè sostanze prodotte dalle cellule sofferenti e dal sistema immunitario.

## LA FEBBRE

La temperatura corporea viene normalmente mantenuta intorno ai 37 °C. In alcune circostanze però, come per esempio le infezioni, vengono prodotte e liberate alcune sostanze che fanno innalzare quel valore, proprio come facciamo quando aumentiamo la temperatura dell'acqua.



## IL DOLORE

Come per gli adulti, anche per i bambini il dolore è un sintomo molto frequente in corso di malattia ed è quello che più preoccupa nel bambino. Il trattamento del dolore rende spesso più semplice la diagnosi e stimoli dolorosi non trattati adeguatamente hanno effetti importanti sulla prognosi attuale e futura del piccolo paziente. E' per questo necessario valutare il dolore e trattarlo in modo adeguato, in tutti i bambini e in tutte le situazioni.



## L'INFIAMMAZIONE

Qualsiasi evento anomalo provoca infiammazione. Essa ha due principali finalità: contrastare eventuali infezioni e promuovere i meccanismi di riparazione. Per questa ragione è a sua volta correlata ad altri processi, come la febbre e il dolore.



# IN CASO DI FEBBRE

## COSA FARE

- Osservare il comportamento del bambino, proporgli da bere, non forzarlo a mangiare se non ha appetito, non coprirlo eccessivamente e non aumentare la temperatura ambientale nel timore che possa avvertire freddo.
- E' opportuno un antipiretico se la febbre si accompagna a malessere, altrimenti è bene aspettare e tenere sotto controllo l'andamento del bambino.
- Il paracetamolo è il farmaco di prima scelta e agisce nell'arco di 30 minuti. Può essere somministrato anche a digiuno preferibilmente per via orale.
- La dose va calcolata in rapporto al peso del bambino (10-15 mg/Kg) e somministrata ogni 4-6 ore. Attenersi alle dosi di antipiretico consigliate dal pediatra e utilizzare esclusivamente gli specifici dosatori acclusi alla confezione.



## DA RICORDARE

- Il valore di temperatura non indica la gravità dell'infezione.
- La febbre alta non provoca la meningite: è la meningite, al contrario, che si accompagna a febbre alta.
- La febbre va sempre misurata in sede ascellare con un termometro elettronico evitando di svegliare il bambino se dorme, o di effettuare rilevazioni molto ravvicinate. E' sconsigliata la misurazione rettale.
- Spugnature, applicazione di alcol, borsa del ghiaccio e bagni freddi non servono a ridurre la temperatura.
- Paracetamolo e ibuprofene sono gli unici antipiretici raccomandati in età pediatrica. Evitarne l'uso combinato o alternato.
- L'antipiretico per via rettale è da valutare solo in presenza di vomito o di impossibilità di somministrazione per bocca.
- Non è il caso di preoccuparsi qualora dopo aver somministrato l'antipiretico la febbre non dovesse scomparire del tutto.



## CONSULTARE IL PEDIATRA

Se il bambino ha meno di 3 mesi e se, nelle fasce d'età successive, è scarsamente reattivo agli stimoli, è pallido, lamenta mal di testa, vomita o respira con difficoltà.

# IN CASO DI DOLORE

## COSA FARE

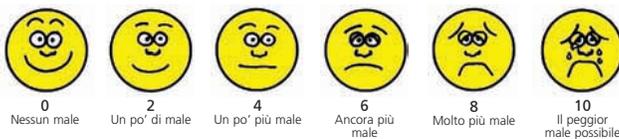
- Non sottovalutare mai il dolore nel bambino. Perfino nel neonato è stato dimostrato che nel lungo termine può comportare conseguenze sullo stato di salute. Spesso il dolore disturba il sonno e aumenta l'irritabilità del bambino.
- Osservare il comportamento del bambino utile a guidare il trattamento.
- Il farmaco di prima scelta nel dolore lieve-moderato senza infiammazione, come nel caso della dentizione, dolore di crescita ed emicrania, è il paracetamolo. Può essere somministrato sin dal primo giorno di vita grazie all'ottimo rapporto in termini di efficacia e sicurezza. Il paracetamolo agisce entro 30 minuti circa e il suo effetto analgesico permane per 4-6 ore.
- Somministrare il paracetamolo anche a digiuno, a un dosaggio più alto rispetto a quello indicato per la febbre ma sempre in relazione al peso del bambino (15 mg/Kg), senza superare i 60 mg giornalieri nei bambini d'età inferiore a 3 mesi e gli 80 mg in quelli più grandi.



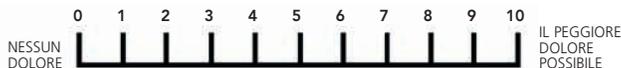
## DA RICORDARE

- Il dolore può assumere caratteristiche diverse, per esempio essere simile a un peso, come nel mal di testa, o a un chiodo, come nel mal d'orecchio.
- Per aiutare i bambini ad esprimere il livello di dolore esistono scale figurate per rendere intuitiva la rappresentazione del malessere. Per i bambini fino a 3 anni è utilizzabile una scala basata sulla postura e il comportamento (Flacc); dai 3 agli 8 anni esiste una scala con le faccine (Wong-Baker); sopra gli 8 anni una scala numerica. Sarebbe l'ideale insegnare ai bambini l'utilizzo di queste scale del dolore prima che stiano male.

Scala di  
WONG BAKER  
nei bambini  
d'età > 3 anni



NRS (Scala Numerica)  
nei bambini  
d'età ≥ 8 anni



## CONSULTARE IL PEDIATRA

Se il dolore è persistente. Il trattamento del dolore per essere efficace, deve avvenire secondo uno schema terapeutico ad orari fissi e non al bisogno.

# IN CASO DI INFIAMMAZIONE

## COSA FARE

- In caso di patologie con componente infiammatoria come nel mal d'orecchio e nel mal di gola è più indicato l'utilizzo di farmaci antinfiammatori.
- L'infiammazione si associa talvolta a febbre e dolore (otite, laringite, faringite). In tale circostanza il farmaco di prima scelta è ibuprofene, da somministrare con un intervallo di 6-8 ore ai bambini d'età superiore a 3 mesi (o peso superiore a 5,6 Kg) e a stomaco pieno. Il dosaggio è 10 mg/Kg per dose. Non è raccomandato in caso di disidratazione e varicella.
- La terapia va cominciata subito, in modo da ridurre il più possibile il disagio del bambino (irritabilità e rifiuto dell'alimentazione).
- L'infiammazione non è sempre sinonimo di infezione: evitare di ricorrere agli antibiotici senza prima aver consultato il pediatra.



## DA RICORDARE

- Se al dolore si associano manifestazioni locali, quali per esempio fuoriuscita di materiale dall'orecchio oppure arrossamento o tumefazione dopo una caduta, è consigliabile un controllo dal pediatra.
- La somministrazione del farmaco per via rettale è da lasciare sempre come alternativa, per esempio nel caso in cui il bambino non sia in grado di assumere nulla per bocca a causa del vomito.



## CONSULTARE IL PEDIATRA

Se il bambino ha meno di 3 mesi e se, nelle fasce d'età successive, è scarsamente reattivo agli stimoli, è pallido, lamenta mal di testa, vomita o respira con difficoltà.

# REGALIAMO FUTURO

"Regaliamo Futuro" è il macro progetto di salute globale per la famiglia, voluto dalle Società Scientifiche di Pediatria SIP, SIPPS e FIMP, in collaborazione con il Ministero della Salute. Si declina in una serie di Campagne educative per la tutela materno infantile e per la salvaguardia della salute dell'infanzia e dell'adolescenza. "Regaliamo Futuro" è promosso dal "Network GPS" Genitori, Pediatra e Scuola, una virtuosa sinergia che opera anche all'interno dell'Istituzione scolastica.



Genitori ● Pediatra ● Scuola

