



VOMITO E DIARREA

Vomito e diarrea sono sintomi frequenti nei bambini. Spesso sono dovuti a una gastroenterite (infezione che colpisce lo stomaco e l'intestino), malattia molto comune nei bambini soprattutto nei più piccoli. Nella maggior parte dei casi la gastroenterite è dovuta a un'infezione virale, in particolare da rotavirus, un virus altamente contagioso che infetta quasi tutti i bambini prima del compimento dei 5 anni di età.

Il **vomito occasionale** non deve preoccupare, generalmente è associato a una malattia acuta (p. es. influenza, faringite, otite), di cui può essere anche il sintomo iniziale, e si risolve spontaneamente quando l'infezione guarisce.

Come si cura?

In genere non è necessario utilizzare farmaci. È essenziale evitare la perdita di liquidi (disidratazione): è importante che il bambino beva spesso, a piccoli sorsi, senza essere forzato. Se vuole il bambino può mangiare, in piccole quantità (meglio cibi semiliquidi e non caldi). Se il bambino è allattato al seno, si può proseguire l'allattamento. Solo in rari casi può essere necessario impiegare un medicinale; la valutazione spetta comunque al pediatra. Se il vomito si presenta in un lattante o compare dopo un trauma alla testa è necessaria una valutazione da parte del pediatra.

Il **vomito ricorrente** (durata 3-4 giorni con scomparsa e ricomparsa) nei bambini 2-8 anni di età può essere un sintomo dell'"acetone": in alcune situazioni (p. es. febbre, malattie infettive) il bambino si alimenta poco e l'organismo, non avendo più zuccheri a disposizione, è costretto a "bruciare" i grassi producendo prodotti di scarto (chiamati corpi chetonici); vengono eliminati nelle urine e attraverso i polmoni: queste sostanze danno all'alito ed alle urine il caratteristico odore di frutta (troppo) matura, di "acetone".

Come si cura?

In questi casi, è necessario offrire al bambino molto spesso piccole quantità di bevande molto zuccherate (tè deteinato, tisane, succhi di frutta, bibite); se possibile, dare piccoli pasti (privi di grassi) in tempi ravvicinati. Se il vomito rende difficoltosa l'introduzione di bevande liquide, è necessario offrire i liquidi zuccherati al bambino con cucchiaino (1-2 cucchiaini ogni 3-5 minuti per qualche ora sino a riduzione degli episodi di vomito).

Anche per quanto riguarda la **diarrea** (feci liquide, scariche frequenti) non è necessario ricorrere a farmaci. È invece essenziale ripristinare i liquidi per evitare la disidratazione.

Come si cura?

I bambini di età inferiore ai 6 mesi sono a maggior rischio di disidratazione; è particolarmente importante somministrare loro liquidi a piccoli sorsi (utilizzare le soluzioni reidratanti orali). Se il bambino è allattato al seno, ha fame e non vomita, non c'è ragione di sospendere l'allattamento. Lo stesso vale per i lattanti che assumono latte artificiale. Anche il bambino più grandicello, se vuole, può mangiare. Non ci sono cibi da evitare assolutamente: il bambino può mangiare quello che preferisce anche se i cibi più indicati sono riso, pasta, pane tostato, patate, mela, banana. Lavate (e fate lavare) spesso le mani per evitare che l'infezione si trasmetta ad altri.



Consultate il medico se il bambino:

- ha meno di 6 mesi,
- è pallido, urina poco e ha gli occhi infossati,
- è febbrile e/o vomita da più di 24 ore,
- presenta sangue nelle feci.