

# la pediatra in linea

Le domande più frequenti sulla salute del bambino

## PELLE DEL BEBÈ

Proteggiamola così

a cura di  
Paola Rinaldi



In collaborazione  
con  
**Dott.ssa  
Lucilla  
Ricottini**  
Medico chirurgo,  
specialista in  
pediatria e  
neonatologia,  
esperta in  
omeopatia e  
omofossicologia

**S**oprattutto nel primo anno di vita, ma anche in seguito, è importante scegliere prodotti per l'igiene quotidiana che non favoriscano arrossamenti, irritazioni e infezioni, piuttosto frequenti. Salviette umidificate, saponi aggressivi, talco e detergenti schiumogeni: molti prodotti per l'igiene quotidiana rischiano di irritare la pelle dei bebè a causa di ingredienti allergizzanti, sensibilizzanti o in grado di interferire con i loro delicati sistemi immunitario ed endocrino. Per questo motivo, è importante compiere una scelta cosmetica oculata, che tenga conto delle caratteristiche di una cute così vulnerabile. "Nella pancia della mamma, il feto è protetto dalla cosiddetta vernice caseosa, una sorta di pellicola costituita per lo più da grassi e proteine che scompare spontaneamente dopo una settimana dalla nascita", spiega la dottoressa Lucilla Ricottini. "Da quel momento il bambino si trova a fare i conti con una serie di fattori ambientali, come aria, vento, radiazioni ultraviolette, sostanze chimiche e microrganismi, che stressano la pelle soprattutto a livello delle zone più sensibili e reattive, come gote, collo, perineo e gambe, queste ultime soggette a secchezza".

La nostra esperta

**Dott.ssa Lucilla Ricottini**

"Godere di buona salute è ben diverso dal non avere malattie! Significa anche 'sentirsi bene'. Per il medico non è più sufficiente curare, ma diventa indispensabile prevenire, informare, promuovere comportamenti sani e orientati al benessere. La medicina dal volto umano è inevitabilmente una medicina integrata".

[www.lucillaricottini.it](http://www.lucillaricottini.it)

### IGIENE NATURALE

Eccetto nei primi tre mesi di vita, durante i quali l'azione degli ormoni materni mantiene le ghiandole sebacee piuttosto attive e produttive, successivamente e fino ai dieci anni di età la cute è meno protetta per la scarsa quantità di film idro-acido-lipidico, una particolare miscela di grassi e altre sostanze naturali che riveste l'epidermide, assicurandole elasticità e idratazione.

In questa fase delicata, è importante pulire la pelle in modo naturale scegliendo:

- **prodotti dall'INCI (lista degli ingredienti) molto corto**, senza sostanze elaborate e privo soprattutto di alcol, petrolati, ftalati, siliconi, triclosan, cere sintetiche e oli minerali;
- **ingredienti puri**, come burro di karité, amido di riso, olio di cocco o argilla bianca, ciascuno con specifiche funzioni e da preferire ai cosmetici già confezionati;
- **preparazioni specifiche**, che significa non utilizzare sui bambini prodotti per i "grandi", dalle formulazioni più complesse, perché destinati a contrastare rughe, perdita di tono e danni cellulari che la cute dei piccoli non deve ancora fronteggiare.

### I PROBLEMI PIÙ DIFFUSI

**DERMATITE SEBORROICA (CROSTA LATTEA).** Si manifesta con: piccole croste gialle e untuose sulla testa, che possono estendersi anche a fronte, sopracciglia, orecchie e naso. **I rimedi naturali:** olio di mandorle dolci, da applicare la sera e rimuovere delicatamente al mattino con una spazzola morbida. In alternativa si può utilizzare uno shampoo oleoso delicato, utilizzando sempre la spazzola morbida e poi sciacquando con molta cura.

**DERMATITE ATOPICA.** Si manifesta con: arrossamenti localizzati su volto e pieghe cutanee, prurito intenso, secchezza della pelle e talvolta presenza concomitante di disturbi allergici. **I rimedi naturali:** unguento all'olio di canapa, ricco di principi attivi antinfiammatori, oppure nei bambini più grandi una miscela di burro di karité puro (70% della composizione) e olio di jojoba (30% della composizione), ad azione protettiva.

**PSORIASI INFANTILE.** Si manifesta con: chiazze rossastre, tipicamente ricoperte da squame, di solito localizzate su gomiti, ginocchia e regione lombo-sacrale. È rara nei bambini e può essere correlata a infezioni da streptococco, per cui richiede un consulto medico. **I rimedi naturali:** crema emolliente alla malva bianca per aiutare nella rimozione delle squame e proteggere le parti irritate.

“Da evitare sono anche le profumazioni, che oltre a causare frequenti irritazioni e allergie coprono l'odore della pelle, un mezzo di comunicazione importante per i bambini, percepito già a livello intrauterino”, chiarisce la dottoressa Ricottini. “In questo senso, i profumi di creme e saponi rappresentano un ostacolo olfattivo nella relazione con la mamma, il cui odore naturale trasmette al neonato un senso di continuità, sicurezza ed emozioni piacevoli”.

## CURE SPECIALI

Nella pratica, come curare l'igiene del piccolo? “Fino alla caduta del cordone ombelicale la sua pelle non si sporca, perché è ancora protetta da una parte di vernice caseosa, per cui non serve usare saponi o sostanze schiumogene, ma basta accarezzare la cute con un batuffolo di cotone imbevuto di olio”. Dopo la caduta del cordone ombelicale, invece, si può fare il bagnetto, ideale la sera perché rilassa e predispone al sonno, ma che deve avvenire a una temperatura di 37-38 gradi (come quella del corpo) e con prodotti delicati. “La pelle del bambino ha un pH compreso tra 4,2 e 5,6”, ricorda la pediatra. “Pertanto, servono detergenti leggermente acidi, mentre inadatti sono quelli a pH neutro o tanto meno alcalino”.

Dopo aver pulito le zone genitali, il bambino può essere immerso nella vasca, avendo cura di sciogliere il prodotto detergente nell'acqua, evitando la stesura diretta sulla pelle, e poi va asciugato con cura, soprattutto nelle pieghe cutanee (cosce, ascelle, collo, piedi), senza praticare alcun tipo di sfregamento ma tamponando con un asciugamano morbido.

“In questa fase, l'utilizzo del talco è controverso, perché se da un lato può essere utile per assorbire l'umidità d'altra parte le polveri contenute potrebbero essere inalate dal bambino e causare seri problemi respiratori, fino all'occlusione delle piccolissime vie aeree”. Piuttosto, è utile idratare la pelle con oli vegetali, come quelli di mandorle dolci e jojoba, soprattutto in caso di cute secca, che può richiedere una riduzione del numero dei bagnetti quando è molto forte.

## LA “ZONA PANNOLINO”

A rischio dermatite è soprattutto l'area del pannolino, a causa delle condizioni di caldo umido e forte acidità: si può prevenire cambiando spesso il bambino, ogni volta che si sporca, sciacquando la pelle solo con acqua tiepida e riservando l'uso di un detergente a pH fisiologico solamente in presenza di feci. Oltre ad asciugare bene la cute per evitare la macerazione cutanea e lo sviluppo di microrganismi, come funghi e batteri, si può applicare uno strato finale di pasta protettiva, magari a base di ossido di zinco, che lenisce l'eventuale arrossamento e crea una barriera sulla cute. “Se in particolari situazioni diventa inevitabile ricorrere alle salviette umidificate, è

importante ricordare che contenendo detergenti, sostanze idratanti, ammorbidenti e protettive ma anche profumi e conservanti occorre un risciacquo finale con acqua pulita, prima di asciugare e applicare la crema”, conclude la dottoressa Ricottini. Un ultimo consiglio: talvolta, l'assunzione di alimenti particolarmente acidificanti (come il pomodoro) o allergizzanti (come latte o uovo) può determinare l'eliminazione di feci acide e talvolta molto liquide, favorendo la comparsa di arrossamenti e lesioni cutanee, fino a piccole ulcerazioni. In questo caso, è importante consultare il pediatra per correggere l'alimentazione e utilizzare localmente una pasta protettiva alla calendula.

