

la pediatra in linea

Le domande più frequenti sulla salute del bambino

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

Insetti dell'estate,

corriamo ai ripari

La bella stagione è l'occasione per vivere all'aria aperta, ma ci sono ospiti sgraditi con cui dobbiamo fare i conti. Ecco come allontanarli dai bambini o dare immediato sollievo dopo le punture

A cura di
Paola Rinaldi



In collaborazione
con la
**Dott.ssa
Lucilla
Ricottini**
Medico chirurgo,
specialista in
pediatria e
neonatalogia,
esperta in
omeopatia e
omotossicologia

Api, vespe, calabroni, zanzare, tafani e zecche sono i fastidiosi compagni dell'estate che possono guastare le giornate (ma anche le notti) con le loro punture. Il livello di allerta cresce quando la "vittima" è un bambino, perché la pelle sensibile e delicata apre facilmente la strada a ponfi grandi, dolorosi, che bruciano e danno prurito. **Si corre maggiore pericolo sotto l'anno di età?** "Per sviluppare una reazione allergica è necessaria la cosiddetta sensibilizzazione, cioè l'organismo deve entrare ripetutamente in contatto con le sostanze ritenute 'pericolose' dal sistema immunitario", spiega la dottoressa Lucilla Ricottini. "Nel caso del veleno degli insetti, questo può avvenire così precocemente nei figli degli apicoltori o dei contadini, ad esempio, mentre per tutti gli altri bambini **è raro sviluppare reazioni gravi prima dei dodici mesi:** piuttosto, rispetto agli adulti, sono più frequenti i fastidi locali, perché la cute dei piccoli è irrorata da una fitta rete di vasi sanguigni e quindi il veleno può espandersi molto rapidamente". Ma si tratta quasi sempre di reazioni localizzate, circoscritte alla sede dove è avvenuta la puntura.

MEGLIO I REPELLENTI NATURALI

Per difendere i piccoli dalle punture più comuni, come quelle di zanzara, è preferibile **usare repellenti naturali e non chimici.** "Di solito sono a base di oli essenziali, estratti da erbe o piante come citronella, lavanda e geranio: il problema è che questi prodotti possono avere a loro volta un effetto sensibilizzante sulla cute, per cui è bene non applicarli direttamente sulla pelle dei bambini molto piccoli **ma spruzzarli sulle zanzariere oppure sul bordo del lettino e della culla.**"

Durante le passeggiate diurne, invece, possiamo usare questi spray solamente sui piedi o sulla parte bassa delle gambe oppure, ancora meglio, **tenere coperta la pelle dei bimbi con calzini leggeri di cotone bianco e pantaloni lunghi:** l'unica vera protezione infatti è assicurata dagli abiti, su cui possiamo spruzzare un po' di repellente. "Inoltre possiamo valutare di sistemare sul balcone o sulla finestra della cameretta **qualche vaso di erba gatta, melissa, basilico o menta piperita,** tutte validissime soluzioni naturali per tenere alla larga gli insetti". E dopo la puntura? Meglio non applicare nulla. Stick, gel, roll-on e altri prodotti in commercio che promettono di alleviare il dolore sono semplici "cosmetici": possono mitigare il fastidio, ma non esercitano alcun effetto su gonfiore e infiammazione. In più possono contenere sostanze irritanti, come alcol e ammoniaca, oltre a parabeni e allergeni. **"Attenzione anche al tea tree oil, noto come olio essenziale di melaleuca:** pur trattandosi di un rimedio naturale, sulla pelle dei bambini può essere irritante", avverte la pediatra. "Il rimedio casalingo per eccellenza è il **limone,** che va strofinato vigorosamente sulla puntura di insetto: ha anche un blando effetto disinfettante e non ha effetti collaterali. Molto validi sono poi l'aloè vera, la cipolla, l'aglio oppure il bicarbonato".

OCCHIO ALLE ALLERGIE

Nella maggior parte dei casi, abbiamo detto, la reazione alle punture è localizzata e quindi limitata sia nell'estensione sia nella sua gravità e durata. Talvolta, però, la situazione si fa più complicata, soprattutto quando i responsabili dell'accaduto hanno il pungiglione, come api, vespe, calabroni e bombi, cioè i cosiddetti imenotteri. **"L'allergia si riconosce perché è una reazione esagerata, estesa, duratura** e può essere accompagnata anche da effetti sistemici, cioè a carico di tutto l'organismo e non solo della pelle", avverte la dottoressa Ricottini. "Talvolta possono comparire febbre, spossatezza, nausea e angioedema, un gonfiore anomalo e improvviso che interessa soprattutto il volto e le labbra. In genere, il picco avviene entro 48 ore, mentre le reazioni cutanee possono durare fino a 7-10 giorni ed estendersi all'intero arto". Come comportarci? Per prima cosa dobbiamo tentare di rimuovere il pun-



giglione con delle pinzette: se riusciamo a compiere questa operazione entro 20 secondi dalla puntura eviteremo l'inoculazione del veleno. Subito dopo possiamo **applicare del ghiaccio o delle pezze di stoffa fredde**, che creano vasocostrizione e riducono la diffusione sottocutanea del veleno. "Invece bisogna recarsi subito dal pediatra se la reazione è particolarmente violenta, se si manifestano orticaria generalizzata o gonfiore in sedi distanti dalla puntura e se il bambino manifesta edema della glottide, un gonfiore nella zona sotto le corde vocali che può compromettere il normale passaggio dell'aria: sarà lo specialista a valutare la necessità di iniettare adrenalina per via intramuscolare, scongiurando il pericolo di shock anafilattico, una reazione allergica grave e pericolosa per la vita dove i sintomi sono piuttosto tipici, ovvero sincope, ipotensione, collasso e difficoltà respiratorie".

C'È ANCHE IL VACCINO

Nei casi meno gravi, invece, può essere utile la somministrazione di un antistaminico per via orale oppure di un cortisonico locale da applicare sulla pelle: talvolta, il cortisone può essere consigliato anche per bocca, a seconda dell'intensità dei sintomi manifestati dal bambino. "Il medico potrà eventualmente consigliare una soluzione più definitiva, come un vaccino: quelli di ultima generazione sono piuttosto sicuri, ma non possiamo comunque escludere una reazione allergica grave. Addirittura il Prick Test cutaneo, che consiste nel mettere a contatto con la pelle i vari allergeni, disponendo una goccia per ciascuno di essi sull'avambraccio e pungendo poi delicatamente la cute con una lancetta sterile, va eseguito in luoghi sicuri e di comprovata esperienza, come gli ospedali, per poter intervenire prontamente in caso di problemi come una

LE REGOLE ALL'APERTO

Per ridurre al minimo il rischio di puntura, occorre:

- evitare di vestire i bambini con indumenti molto colorati e brillanti
- non farli sostare in vicinanza di bevande o cibi molto dolci
- evitare di stare all'aperto nelle ore del crepuscolo e all'alba, quando soprattutto le zanzare sono più numerose
- usare cautela in vicinanza dei luoghi che più frequentemente sono sede di nidi di api, vespe e calabroni, come in campagna nel periodo di maturazione della frutta
- far rimuovere i nidi di api, vespe o calabroni in vicinanza della casa da personale esperto

reazione allergica". A grandi linee, **il vaccino è più opportuno negli adolescenti, mentre nei bambini molto piccoli è consigliabile solo se hanno già manifestato reazioni allergiche gravi** dopo una puntura di imenottero oppure se vivono in campagna e devono spesso fare i conti con vespe e compagna. "Ovviamente ci sono bambini più predisposti di altri a complicanze, come quelli che sin dai primi mesi di vita presentano diatesi atopica, cioè crosta latte, asma o rinite allergica, che nella maggior parte dei casi indica una predisposizione ereditaria all'aumento delle immunoglobuline E nel sangue, quel gruppo di anticorpi connessi alle reazioni allergiche che sono particolarmente elevati nelle famiglie degli atopici e i cui valori elevati si trasmettono geneticamente".

NON SEMPRE VOLANO

Oltre agli insetti volanti, le punture possono arrivare anche da cimici, pulci, acari e zecche, che solitamente sviluppano rash cutanei accompagnati da piccoli pomfi e qualche volta dolori muscolari, febbre, mal di testa e altre manifestazioni dolorose. "Qui diventa **essenziale l'igiene ambientale con il frequente ricambio delle lenzuola e l'eventuale utilizzo di materassi che tengano lontani i parassiti**. Occhio soprattutto agli acari, perché alcuni di essi possono portare la scabbia e richiedono una pomata allo zolfo per contrastare le lesioni cutanee, che in questo caso si presentano di forma circolare", conclude la pediatra. "Ultimo consiglio: alcune aziende omeopatiche hanno realizzato **spray e roll-on a base leggermente alcolica che contengono lavanda, calendula, melissa, geranio e citronella**, a concentrazioni così basse da non creare irritazione. Si possono usare sia come repellenti sia per alleviare il fastidio dopo le eventuali punture".