



# La scheda salute

## Le coliche del lattante



**Le coliche, principale causa di malessere del neonato, si manifestano generalmente tra la seconda settimana e i primi 4 mesi di vita. Suggerimenti per dare sollievo al bebè.**

### Come reagisce il corpo

Spasmi addominali, pancino gonfio, agitazione, gas intestinali, sonno disturbato, pianto prolungato, strilli, viso congestionato... Che il bebè sia allattato al seno o al biberon, spesso i sintomi compaiono dopo i pasti oppure nel tardo pomeriggio o nelle prime ore serali.

Le coliche gassose sono in cima alla lista delle cause di malessere del neonato. Compaiono generalmente nella seconda settimana di vita per poi scomparire tra il terzo e il sesto mese. È talvolta difficile per i genitori distinguere tra i diversi tipi di pianto: quando ha fame, a fine giornata - un pianto di norma legato a un sovraccarico emotivo - o in caso di coliche.

Si stima che questo disturbo benigno e frequente nei lattanti, riguardi il 20-25% dei piccolissimi e che uno su 20 ne soffra in modo marcato. Secondo la «regola del tre» coniata da Morris A. Wessel, si può formulare una diagnosi di coliche qualora il bebè pianga per più di tre ore al giorno, più di tre giorni alla settimana e questo per più di tre settimane. Tubo digerente non ancora completamente sviluppato, reazione all'ansia dei genitori, aerofagia... Avrete notato che le cause di questo disturbo sono ancora poco note.

### Cosa potete fare

- In caso di forti dolori, vomito, feci assenti o anomale, febbre... chiedete consiglio al vostro medico o al vostro farmacista.
- Se allattate il bambino al seno, limitate il consumo di bevande gassate, tè o caffè, alcolici e, ovviamente, alimenti come cavoli o insalata che favoriscono la formazione di gas.
- Almeno mezz'ora dopo il pasto del bebè, massaggiategli delicatamente il pancino in senso orario (senso fisiologico del transito intestinale). Questi massaggi stimoleranno l'evacuazione dei gas dando sollievo al bambino.
- Il dolce calore di una borsa di acqua calda specifica per bebè, posta sul ventre - attenzione, mai direttamente a contatto con la pelle - lo calmerà.
- Portate il vostro bambino da un osteopata pediatrico perché agevoli delicatamente il suo transito intestinale. Per saperne di più: «Il bebè dall'osteopata», magazine pharmacieplus primavera 2013 e [www.fso-svo.ch](http://www.fso-svo.ch).
- Elargite al vostro bambino il migliore dei rimedi: cullandolo tra le vostre braccia lo calmerete e lo farete sentire protetto e sicuro.

### Il consiglioplus

Per alleviare le coliche, il vostro farmacista vi potrà consigliare diversi rimedi - in particolare omeopatici - adatti ai bisogni specifici del vostro bambino. Finocchio, camomilla, anice, melissa, cumino... Per ridurre i gas e migliorare il benessere intestinale, in farmacia vi saranno proposti diversi preparati a base di piante. Anche a questo proposito, i consigli del farmacista e del suo team si rivelano indispensabili. E per finire, in caso di coliche, pediatri e altri specialisti dell'alimentazione dei piccolissimi possono raccomandare tipi di latte specifici, disponibili in farmacia.

**Non praticate l'automedicazione senza il consiglio del vostro farmacista!**

Consultate [www.pharmacieplus.ch](http://www.pharmacieplus.ch) per prendere visione di tutte le specialità delle pharmacieplus.

