- Copyright - Il Pensiero Scientifico Editore downloaded by IP 216.73.216.175 Sat, 12 Jul 2025, 04:36:33

[STRUMENTI DI LAVORO]

Consigli ai genitori: Vomito e diarrea

Una scheda sintetica da utilizzare nel rapporto con i familiari dei pazienti.

Regione Lombardia
ASL Milano 1

A cura del Tavolo Tecnico Congiunto ASL MI1: Pediatri di Famiglia, Pediatri Ospedalieri, Rappresentanti ASL

Il vomito e la diarrea sono molto comuni nell'infanzia e si possono presentare da soli o associati. Il vomito in genere scompare nel giro di 6–8 ore mentre la diarrea può durare anche qualche giorno. Il trattamento principale è rappresentato dalla reidratazione, che deve essere iniziata il prima possibile con soluzioni reidratanti orali. Quanto più il soggetto ne beve, meglio è; la quantità consigliata è di almeno un litro nelle 24 ore per bambini di 10 kg di peso. Non è indicato alcun tipo di digiuno, anzi si deve riprendere al più presto la regolare alimentazione con una dieta libera evitando alimenti grassi.

In caso di vomito

- Attendere circa 30 minuti dall'ultimo episodio prima di iniziare la reidratazione orale;
- offrire piccole quantità di soluzione reidratante fredda: 5 ml (pari a un cucchiaino da tè) ogni 5 minuti e aumentare gradatamente a seconda della tolleranza del bambino;
- iniziare la rialimentazione quando il vomito è cessato da almeno un paio di ore, con cibi secchi (grissini, fette biscottate).

In caso di diarrea

- Reidratare e riprendere il prima possibile la regolare alimentazione orale;
- l'allattamento al seno non deve essere mai interrotto;
- il latte artificiale va mantenuto alle normali concentrazioni;
- non somministrare liquidi zuccherati (ad esempio succhi di frutta);
- lavarsi spesso le mani per evitare il rischio di contagio.

Soluzioni reidratanti

Le soluzioni reidratanti sono reperibili in farmacia, in formulazione liquida o in bustine da diluire in acqua secondo le indicazioni previste sulla confezione: non hanno un buon sapore poiché contengono sali ma sono più gradite se somministrate fredde. È buona abitudine tenere in casa, tra i farmaci di uso comune, una soluzione reidratante.

Non sono idonee per una corretta reidratazione:

- acqua o bevande zuccherate;
- succhi di frutta;
- bibite in generale.

È altamente sconsigliata l'automedicazione con antiemetici, antidiarroici, antibiotici: questi farmaci devono essere eventualmente prescritti da un medico. Sono invece utili i fermenti lattici probiotici.
La disidratazione (perdita di liquidi) è la complicanza più frequente. Occorre pesare il bambino all'inizio delle manifestazioni per valutare la perdita di peso che non deve essere superiore al 5% del peso iniziale del bambino.

È necessaria una valutazione medica

Quando:

- il bambino ha perso più del 5% del peso;
- il bambino ha febbre superiore a 39 gradi centigradi;
- il bambino ha meno di 6 mesi;
- il bambino appare sonnolento o difficilmente risvegliabile o poco reattivo;
- il bambino urina poco o nulla;
- non è possibile una corretta reidratazione orale;
- compare sangue nel vomito o nelle feci;
- compare forte dolore addominale ■