

Appello della Società italiana di infettivologia pediatrica: no agli antibiotici e agli antivirali a meno di una malattia cronica o di una ulteriore infezione batterica e mai senza prescrizione

Influenza, ecco le cure per i bimbi

LE TERAPIE

No agli antibiotici e agli antivirali. A meno che nel bambino non sopraggiunga un'altra infezione batterica o si debba fronteggiare una malattia cronica. Mai senza prescrizione medica». È un appello quello della Società italiana di infettivologia pediatrica preoccupata che ai più piccoli con la febbre vengano somministrate terapie non corrette. Spesso eccessive. Per questo i medici hanno deciso di ricordare, a ridosso del picco di influenza che arriverà tra un paio di settimane, come comportarsi quando, oltre alla temperatura alta, arrivano anche mal di gola, tosse e inappetenza.

Un'impennata di casi già si registra tra i bambini che hanno meno di cinque anni come si legge nel registro dell'Istituto superiore di sanità Influnet: nella fascia di età tra 0-4 anni l'incidenza è pari a 18,73 piccoli pazienti per mille e nella fascia tra 5 e 14 si

sfiora il 13. «Non ci sono motivi di particolare allarme - tranquillizza Giacomo Milillo segretario della Federazione nazionale dei medici di medicina generale - da sconsigliare la corsa al pronto soccorso. Solo per sintomi che fanno sospettare un aggravamento importante o una complicazione con una malattia di cui il bambino già soffre. E se si è in emergenza».

Dagli infettivologi poche regole: riposo, somministrazione di antifebbrili, dieta equilibrata con pochi grassi, un'adeguata integrazione dei liquidi, apporto calorico non esagerato. Il luogo chiuso della scuola come la palestra sono i luoghi ideali per far diffondere l'epidemia. Ma non per questo, dicono i pediatri, bisogna farsi prendere da un'esagerata paura di contaminazione. Anzi.

GIOCO ALL'APERTO

Anche con il freddo meglio fuori a giocare che dentro casa. Per evitare gli agguati delle temperature basse, soprattutto la mattina, meglio coprirsi bene ma uscire. «Evitare di restare sigillati tra le mura domestiche anche durante

le giornate rigide - consiglia Antonino Reale responsabile del Pronto soccorso del Bambino Gesù di Roma - non aumenterà certo le probabilità di prendersi un bel raffreddore. Diminuiranno, però, le occasioni di entrare in contatto con i virus che attaccano le vie respiratorie. Ricordare che un ambiente bello caldo i virus proliferano e si diffondono. Le eccessive variazioni termiche possono costituire un fattore favorente l'instaurarsi di infezioni».

Attenzione ai bambini con problemi immunologici e a quelli colpiti da malattie croniche (cuore, diabete, patologie renali) che dovrebbero, comunque, essere stati vaccinati. «Possono andare incontro a complicanze - spiega Susanna Esposito presidente della Società italiana di infettivologia pediatrica - ad un aggravamento della patologia di base. Soprattutto i più piccoli. Per questo in Europa si sta lavorando all'ipotesi di vaccinare, in prossimo futuro, tutti i bambini dai sei mesi ai cinque anni anche se sani».

C.Ma.

© RIPRODUZIONE RISERVATA

**SERVONO RIPOSO
ANTIFEBRILI
DIETA EQUILIBRATA
CON POCHI GRASSI
E INTEGRAZIONE
DI LIQUIDI**

Il nutrizionista

E come spuntino frutta o merendina

Più energetica con buona dose di carboidrati e pochi grassi. È la merenda ideale del piccolo sportivo nei giorni di grande freddo. «Come esempio - spiega il nutrizionista-medico dello sport Michelangelo Giampietro - prendiamo un bambino di 10 anni, che fa sport e ha un fabbisogno quotidiano di 1.500-1.800 calorie. Poiché la

merenda deve rappresentare il 10-15%, dovrà contenere 150-180 calorie: come spuntino una merendina non farcita con un succo di frutta o un frutto o uno yogurt. Se è sovrappeso - aggiunge - la merenda dovrà contenere meno di 150 calorie. Uno o due frutti, una merendina non farcita e un frutto, crackers o yogurt».