



Roma,

22 luglio 2024 - Con l'arrivo dell'estate, le vacanze e la libertà sono all'ordine del giorno. Tuttavia, la stagione estiva può nascondere diverse insidie per tutta la famiglia. La Società Italiana di Pediatria Preventiva e Sociale (SIPPS) sottolinea l'importanza di affrontare queste insidie in modo corretto per garantire un'estate sicura per tutti.

Virus

e batteri, infatti, non vanno in vacanza e, complice il caldo, il contatto con laghi o piscine e la vita all'aperto, il rischio di infezioni e malattie aumenta. Tra le più diffuse si segnalano infezioni cutanee, gastroenteriti, intossicazioni alimentari e allergie da punture di insetto.

Ecco

i consigli e le raccomandazioni della SIPPS per affrontare le malattie estive più comuni del bambino:

Infezioni cutanee

L'impetigine

è un'infezione batterica molto contagiosa che colpisce soprattutto i bambini. Gli agenti eziologici principali sono lo Streptococco beta-emolitico di gruppo A e, più raramente, lo Stafilococco aureo. Questa infezione causa vescicole-bolle che si risolvono in 4-8 giorni. Nelle forme più lievi e superficiali è sufficiente un trattamento locale con antisettici per ammorbidire e rimuovere le squame crostose, insieme all'uso di antibiotici topici da applicare 2-3 volte al giorno per almeno una settimana dopo la scomparsa delle lesioni.

Il

trattamento antibiotico orale è necessario quando le lesioni sono più estese o profonde, oppure se il bambino è immunodepresso. In questi casi, il farmaco più indicato è l'amoxicillina con acido clavulanico, sempre sotto prescrizione del pediatra.

La micosi cutanea delle dita di piedi e mani è un'infezione fungina causata da *Trichophyton rubrum* e *Trichophyton interdigitalis*. Questa infezione è piuttosto contagiosa, favorita dal contatto diretto, frequentazione di luoghi pubblici e scarso rispetto di buone norme igieniche. Le micosi si manifestano con chiazze eritemato-squamose, localizzate soprattutto sotto la pianta dei piedi, il palmo delle mani e a livello interdigitale, spesso pruriginose e molto fastidiose.



Dott. Giuseppe Di Mauro

Il trattamento è locale, con creme anti-micotiche da applicare 2 volte al giorno per almeno 14 giorni. La terapia sistemica va riservata ai casi resistenti alla terapia locale, con lesioni estese o plurifocali o coinvolgimento dei peli, poiché il follicolo pilifero non è raggiungibile dai farmaci topici. È fondamentale prevenire tali infezioni utilizzando ciabattine in gomma a bordo piscina, nella doccia e nello spogliatoio e tenendo teli, asciugamani e spazzole ad uso personale.

Gastroenteriti e intossicazioni alimentari

La gastroenterite di origine infettiva è causata da virus come Rotavirus, Norovirus e Adenovirus, e batteri come Escherichia coli, Salmonella, Shigella e Campylobacter. Questi patogeni sono spesso acquisiti durante viaggi internazionali in Paesi endemici e rappresentano una causa significativa di possibile disidratazione. È essenziale compensare un'eventuale perdita di liquidi con reidratazione orale, evitando bibite ad alto contenuto di zucchero come i succhi di frutta confezionati, che potrebbero aggravare la diarrea.

È inoltre raccomandabile non smettere di mangiare, preferendo pasti leggeri, piccoli e frazionati (ad esempio 6 pasti al giorno). In generale, quando si viaggia in zone con scarse condizioni igieniche, è importante bere solo acqua in bottiglia, non consumare verdure crude e frutta non sbucciata, evitare il ghiaccio e consumare carne ben cotta. Evitare cibi potenzialmente contaminati come molluschi e mitili crudi, non condividere tovaglioli, bicchieri, posate e stoviglie, e lavare sempre bene le mani con acqua e sapone o un disinfettante a base di clorexidina dopo essere stati alla toilette e prima di mangiare o manipolare cibo.

Tra

le cause di tossinfezione alimentare, le salmonellosi sono tra le più comuni. Le Salmonelle non tifoidee sono presenti tutto l'anno e si trasmettono principalmente attraverso prodotti di origine animale come uova o pollame, e occasionalmente altri cibi come frutta, verdura, cereali e acqua contaminati. Le tossinfezioni da *Staphylococcus aureus*, invece, si manifestano entro 24-48 ore dall'assunzione di un alimento contaminato con diarrea, vomito, dolori addominali e raramente febbre.

Allergie da punture di insetto

Le punture di insetti come api e vespe possono causare reazioni che variano da una semplice eruzione cutanea a uno shock anafilattico, sebbene raro, che può mettere il soggetto in pericolo di vita. Anche le punture di zanzare devono essere considerate e prevenute attraverso norme igienico-comportamentali: evitare l'uscita nelle ore del tramonto, utilizzare indumenti che coprano braccia e gambe, e proteggersi con zanzariere e repellenti da applicare sulla pelle o da utilizzare negli ambienti.

La maggior parte delle reazioni alle punture di insetto si manifesta con arrossamento, gonfiore nella zona della puntura, fastidio o dolore che si risolvono entro 5-10 giorni, febbre e malessere temporanei. In questi casi, è sufficiente applicare una pomata a base di antistaminici e, in caso di febbre o dolore, utilizzare un antipiretico come paracetamolo o ibuprofene.

I casi gravi, quelli con anafilassi, si presentano più comunemente dopo punture di api e vespe e richiedono un intervento terapeutico tempestivo con somministrazione di adrenalina, ossigeno e fluidi per via endovenosa, oltre a esami di laboratorio per confermare la sensibilizzazione al veleno dell'insetto.

Reazioni da contatto con punture di meduse e traccine

La

Pelagia noctiluca è una medusa velenosa diffusa nel Mediterraneo, mentre le tracine sono pesci che si trovano sotto la sabbia, vicino alla riva. Le punture di medusa causano dolore bruciante seguito da prurito intenso, con formazione di una zona eritematosa ed edematosa sulla pelle. Le punture di tracina provocano un dolore intenso che può durare diverse ore, con la zona di inoculazione del veleno arrossata e gonfia.

Dopo

una puntura di medusa, è necessario disinfettare con acqua di mare e bicarbonato, quindi applicare un gel a base di cloruro d'alluminio. Per le punture di tracina, mettere subito il piede sotto la sabbia calda o tamponare con acqua bollente, poiché il calore lenisce il dolore delle tossine velenose. È importante non utilizzare ammoniaca, limone, aceto, alcol, non strofinare o grattare la zona colpita per evitare la diffusione delle tossine, non usare pinzette per rimuovere frammenti di tentacoli e non disinfettare con acqua dolce, troppo fredda o ghiaccio.

Colpi di sole e colpi di calore

Il

colpo di sole è causato dall'esposizione diretta ai raggi solari e provoca un aumento della temperatura corporea oltre i 38 gradi, spesso associato a scottature. Il colpo di calore si manifesta quando la temperatura esterna è molto alta e una persona non riesce a disperdere il calore. Spesso, il colpo di calore si sovrappone al colpo di sole.

I

bambini, specialmente i più piccoli, sono i più a rischio. Per evitare colpi di sole e di calore è fondamentale evitare l'esposizione prolungata al sole nelle ore più calde e proteggere adeguatamente il capo. I sintomi includono febbre, cefalea, nausea, irritabilità, confusione mentale e, nei casi più gravi, perdita di coscienza e collasso cardio-circolatorio.

La

Società Italiana di Pediatria Preventiva e Sociale invita tutte le famiglie a seguire queste raccomandazioni per vivere un'estate serena e sicura, proteggendo la salute dei bambini e dell'intero nucleo familiare.

“Purtroppo - evidenzia la prof.ssa Susanna Esposito, direttrice della Clinica Pediatrica dell'Azienda Ospedaliero-Universitaria di Parma e presidente della SIPPS Emilia-Romagna - una stagione completamente esente da patologie non esiste. Anche in estate, sebbene alcuni agenti eziologici come il SARS-CoV-2, i virus influenzali e il virus respiratorio sinciziale tendano a ridursi in frequenza, altri agenti patogeni prendono il sopravvento. Batteri, miceti e parassiti sono tra i maggiori responsabili delle infezioni che colpiscono grandi e piccini nel periodo estivo”.

“Uno stile di vita sano e l'ascolto dei consigli degli esperti - sottolinea il presidente della SIPPS, Giuseppe Di Mauro - è utile per prevenire la maggior parte delle situazioni a rischio. Laddove la prevenzione fallisse, l'adesione alle indicazioni e alla terapia prescritta dagli specialisti permette una gestione ottimale di ogni caso”.

“È bene ricordare che il pediatra è sempre la figura a cui fare riferimento - conclude Piercarlo Salari, pediatra e divulgatore medico-scientifico a Milano - anche perché, conoscendo la storia clinica di ogni suo assistito, è in grado di offrire consigli accurati e soprattutto personalizzati per quanto riguarda sia le precauzioni sia, in caso di viaggi con destinazioni particolari, eventuali vaccinazioni o strategie di profilassi”.