

Coliche del lattante

COSA SONO

Le coliche del lattante sono la causa principale delle crisi di pianto improvvise e persistenti per ore (circa 3 ore al giorno), specie la sera, soprattutto nel secondo mese di vita. (Difficilmente si protraggono oltre il quarto mese). Il bimbo è sofferente, tiene i pugni chiusi le gambine flesse o le estende nervosamente, talvolta emette aria dall'intestino. Sono una situazione assai frequente ed innocua, ma stressante per il bimbo e per la famiglia. Le cause sono varie (immaturità dell'intestino e della sua microflora, rallentato transito intestinale, presenza eccessiva di aria intestinale, eccessiva stimolazione esterna durante il giorno, ansia materna, intolleranze alimentari).

ACCORGIMENTI

Diminuire gli stimoli luminosi, rumorosi e tattili (non muovere troppo il bimbo durante la colica, ma cullarlo dolcemente).

Massaggiare il pancino in senso orario (guardando l'ombelico), oppure tenere a pancia in giù in grembo, massaggiandogli la schiena.

Coccolarlo e consolarlo con carezze, dolcezza e tranquillità. Ricorrere ad un bagnetto caldo.

Offrire il seno per 3-5 minuti o un cucchiaino di acqua, per favorire la ripresa del transito intestinale.

Stimolare l'evacuazione di aria con un sondino rettale con estrema delicatezza solo su consiglio del Pediatra o se sono più di 48 ore che il bimbo non si scarica.

Non sostituire il latte materno con latte formulato per le coliche. Non somministrare farmaci prima di aver consultato il Pediatra.

La madre che allatta può assumere grandi quantità di tisane al finocchio (ed eventualmente menta, melissa, camomilla, taglio.)

ACCORGIMENTI PREVENTIVI

Non tenere il bimbo attaccato al seno per troppo tempo (non oltre 20 minuti per seno) né troppo spesso (non a meno di 2 ore e mezza dalla poppata precedente)

Stimolare delicatamente il ruttino mantenendo il bimbo verticale appoggiato alla spalla e massaggiandogli la schiena. (Il ruttino NON è sempre obbligatorio!)

Se si allatta al seno: non bere tè, caffè, Coca Cola, né mangiare cioccolato. Verificare con il Pediatra se nella dieta della mamma siano contenuti alimenti sgraditi al bimbo.

Tentare con l'eliminazione di latte, latticini e uova dalla dieta della madre, su consiglio del Pediatra.

In caso di allattamento formulato, rivedere le modalità di allattamento con il Pediatra (fori della tettarella adeguati con fuoriuscita di latte a gocce ravvicinate, inclinazione corretta del biberon, posizione corretta del bimbo, minima ingestione di aria, pause durante la poppata, quantità, frequenza e durata delle poppate, formula adattata con prebiotici e probiotici).