

## Soluzioni reidratanti orali

Si comprano in farmacia, in formulazione liquida, in gelatina o in polvere da diluire in acqua secondo le indicazioni riportate sulla confezione: poiché contengono sali sono più gradite se date fredde.

**È buona abitudine tenerle in casa tra i farmaci di uso comune.**

Acqua, bevande zuccherate, succhi di frutta, bibite in generale non sono adatti per una corretta reidratazione perché non contengono i giusti sali minerali che vengono persi con la diarrea.

## Prima di contattare il Pediatra, osservare:

- Il numero e le caratteristiche dei vomiti (*colore, presenza di muco o sangue, se è a getto, se è preceduto da pallore e/o nausea, se è scatenato dalla tosse*).
- Il numero, la quantità, il colore e la consistenza delle feci.
- Controllare se il bambino fa la pipì (*verificare se i pannolini sono ben pieni di pipì*), se quando piange ha le lacrime, se si presenta assonnato o se al contrario ha voglia di giocare.

- Controllare che il bambino continui a bere frequentemente a piccoli sorsi la soluzione reidratante orale e in seguito anche acqua naturale.  
È normale che il bambino abbia poco appetito per alcuni giorni: **importante è che continui a bere!**  
Molto utile avere a disposizione il peso corporeo più recente del bambino.

## Quando andare al Pronto Soccorso

- Se il vomito è così intenso e continuo da non permettere al bambino di bere le soluzioni reidratanti.
- Se il bambino presenta scarsa reattività, tendenza ad addormentarsi, diminuzione della pipì (*segni di uno stato di disidratazione importante*), rifiuto di bere
- Se il vomito è di colore verdastro o con presenza ripetuta di sangue (*normalmente può essere di colore trasparente o giallastro*).
- Se il bambino ha meno di 6 mesi e presenta vomiti e/o diarrea ripetuti (*neonati e lattanti possono disidratarsi più facilmente*).
- Se compare sangue nelle feci in quantità importante e/o ripetuta.



SERVIZIO SANITARIO REGIONALE  
EMILIA-ROMAGNA  
Azienda Unità Sanitaria Locale di Reggio Emilia  
IRCCS Istituto in tecnologie avanzate e modelli assistenziali in oncologia

# Vomito e diarrea (gastroenterite)

*Opuscolo informativo redatto e condiviso dai  
Pediatrici di libera scelta e dai Pediatrici ospedalieri  
dell'Azienda Usl - IRCCS di Reggio Emilia*



## Introduzione

Il vomito e la diarrea sono sintomi molto comuni nei bambini e si possono presentare da soli o insieme.

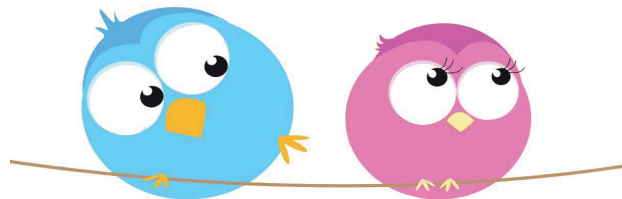
In caso di infezione gastrointestinale (*gastroenterite*) il vomito solitamente compare per primo, in genere associato a mal di pancia e/o febbre.

Il vomito di solito scompare nel giro di 6-8 ore, mentre la diarrea può durare anche 3-5 giorni. La **disidratazione** (*perdita eccessiva di liquidi*) è la complicanza più temibile e pericolosa tanto più il bambino è piccolo.

Per questo il trattamento più importante è la **reidratazione per bocca** che deve essere iniziata il prima possibile con **soluzioni reidratanti orali**.

Quanto più il bambino ne beve, meglio è.

Si deve riprendere al più presto l'abituale alimentazione con alimenti semplici evitando cibi grassi.



## COSA FARE?

### In caso di vomito

- Se le condizioni generali del bambino sono buone e tra un episodio e l'altro si comporta come al solito, possiamo attendere perché spesso è un fenomeno presente solo nelle prime ore di una malattia febbrile e si limita a pochi episodi.
- Dopo circa 30 minuti dall'episodio di vomito iniziare la reidratazione per bocca. Offrire piccole quantità di soluzione reidratante fredda (*più gradita perché perde un po' del sapore salato*): 5 ml (*pari ad un cucchiaino da tè*) ogni 5 minuti e aumentare gradatamente a seconda della tolleranza del bambino.
- Se è allattato al seno o con latte artificiale continuare con poppate più piccole e più frequenti.
- Sospendere l'alimentazione per fare "riposare" lo stomaco per 2-3 ore dall'inizio del vomito. Riprendere a mangiare quando il bambino se la sente e non vomita più da almeno 3-4 ore, con piccole quantità di cibi secchi, leggeri e semplici (*evitare cibi grassi o elaborati perché difficili da digerire*).
- Non vanno dati farmaci antivomito, solitamente inefficaci, senza prima avere consultato il medico.

### In caso di diarrea

- La cura principale è somministrare soluzioni reidratanti orali per reintegrare le perdite di liquidi e sali minerali e proseguire l'abituale alimentazione con piccole quantità di cibo se gradite.
- L'allattamento al seno non deve mai essere interrotto e il latte artificiale va mantenuto alla normale concentrazione. Nel lattante può essere utile fare pasti più piccoli e frequenti, sempre alternati alla soluzione reidratante orale.
- Non dare da bere liquidi zuccherati (*ad esempio succhi di frutta, thé zuccherato*). Lavare spesso le mani per ridurre il rischio di contagio.
- È altamente sconsigliata l'automedicazione con farmaci antidiarroidici o antibiotici (*il più delle volte non utili, sconsigliati in età pediatrica per rischio di effetti collaterali*): questi farmaci devono, se necessari, essere prescritti dal medico.