

Come calmare il pianto? Quali farmaci sono utili per le coliche gassose?

Cosa è la posizione anticolica?

Le coliche gassose del neonato e del lattante (dette anche “colichette”) sono il problema che più spesso i genitori affrontano nei primi mesi di vita dei loro piccoli.

E' una condizione assolutamente transitoria e non pericolosa che si presenta in 1 neonato su 5 dopo le prime 2 o 3 settimane di vita per poi risolversi spontaneamente dopo i 3-4 mesi. Si ritiene che un eccessivo contenuto di aria (fenomeno indicato con il termine medico “meteorismo”) determini una dilatazione delle anse intestinali con conseguente dolore. Al termine di questo breve articolo, vi sarà chiaro che nonostante i pianti del vostro bambino mettano a dura prova il fisico e la mente, la cosa importante è cercare di restare tranquilli senza preoccuparsi troppo.

Ricordate: le coliche non sono pericolose per il piccolo né compromettono la sua crescita e la sua salute. Diventano un problema solo se vengono vissute come un problema!

Come riconoscere le coliche nel neonato e nel lattante.

Tipicamente le coliche si presentano come crisi di pianto inconsolabile che si verificano molto spesso nelle ore serali sebbene possano insorgere anche durante tutto il giorno.

Ricordate però che pianto non significa solo colichetta: sono tanti i motivi per cui il vostro piccolo può piangere! Il pianto per un neonato rappresenta l'unico modo che ha per comunicarvi le sue esigenze: fame, sonno, noia, stanchezza, voglia di coccole o contenimento (quindi non solo dolore!).

Vi state sicuramente chiedendo a questo punto come fare allora a riconoscere le colichette: non temete, ve ne accorgete sicuramente! Le coliche sono generalmente diverse perché se un neonato ne soffre diventa inconsolabile e il suo pianto è un po' diverso dal solito, perché assomiglia ad un grido disperato. Il tipico lattante con coliche si agita, stringe le manine e piega le gambe trattenendo il respiro. Può emettere feci o gas intestinale durante o dopo il

pianto. Altra caratteristica è la frenetica ricerca del capezzolo che viene poi rifiutato dopo qualche minuto dall'inizio della poppata.

Cosa fare: esistono rimedi, una cura precisa per le coliche del neonato e del lattante?

Nonostante le coliche siano una grande seccatura per bambini e genitori, esse non sono pericolose per il bambino e non danneggiano in nessun modo la sua salute.

Ogni genitore dopo una notte in bianco vorrebbe dal pediatra la "pillolina magica" che, purtroppo, non esiste.

Ricordate sempre che sono 2 i fattori che fanno piangere il bambino durante una colica:

1. Il dolore (che a volte è minimo ed è il fattore probabilmente meno importante)
2. La paura del dolore (che è la causa principale del pianto del piccolo che non si rende conto di cosa gli stia succedendo!)

Noi pediatri abbiamo a disposizione armi, tra l'altro poco efficaci, per combattere solo il primo fattore! Esistono, infatti, diversi farmaci in commercio (Mylicon, Colegermina, Colben, Actenacol o Alginor) che, con diversi meccanismi d'azione, possono ridurre il dolore, ma non funzionano in tutti i bambini!

Per combattere la causa più importante del pianto, in altre parole la paura del dolore, il medico non può fare molto: tocca a voi genitori! Ciò che sono capaci di fare mamma e papà se riescono a restare calmi e sereni, senza innervosirsi e senza farsi mettere in agitazione da zii, nonni e parenti vari che gli girano intorno, è davvero sorprendente! Diversi studi hanno infatti visto come i bambini tranquillizzati e rassicurati dolcemente dalle madri, riducevano la loro paura del dolore e lo tolleravano più serenamente riducendo il pianto.

Pertanto ecco i nostri consigli:

- non sentitevi in colpa e offrite a vostro figlio più coccole e attenzioni (stringetelo in una coperta, offritegli il ciuccio, tenetelo stretto e al calduccio).

- fate lunghe passeggiate all'aperto e in macchina (queste ultime davvero molto molto efficaci).
- distraetelo con della buona musica o facendogli rumori monotoni come quello della lavatrice, dell'asciugacapelli o dell'aspirapolvere. Se questo non dovesse funzionare, fate l'esatto contrario: create un ambiente calmo e tranquillo, con luci soffuse evitando rumori eccessivi.
- è assolutamente vietato fumare in casa: più fumatori ci sono nei dintorni più probabile è l'insorgenza delle coliche (anche se non è ancora ben chiaro quale sia il motivo).
- è consigliabile tenere il vostro piccolo a pancia in giù sul proprio braccio dondolando dolcemente e cantando una canzone (posizione anticolica - vedi figura): le coliche saranno alleviate dalla pressione esercitata dalla vostra mano sull'addome. Si può anche provare a mettere il bimbo sempre a pancia in giù nella culletta e vedere se il pianto si attenua ma rimanendogli accanto e sorvegliandolo con attenzione (RICORDA: la posizione a pancia in giù è associata a maggiore rischio di [morte in culla o SIDS: scopri come evitarla](#)).
- come già accennato i farmaci hanno purtroppo un'efficacia limitata. Il simeticone (Mylicon) è uno dei più utilizzati ed agisce riducendo il contenuto d'aria intestinale e facilitandone l'emissione. Recentemente sono stati introdotti in commercio numerosi farmaci fitoterapici (a base di finocchio, passiflora, melissa e altre erbe) che hanno dato risultati incoraggianti ma solo in una percentuale di bambini.
- biberon anticolica: sono in commercio (presso tutte le farmacie) biberon anticolica che con diversi meccanismi (a valvola, a cannuccia etc.) riducono la quantità di aria che è ingerita durante le poppate dal vostro piccolo. Anche in questo caso i risultati possono essere davvero sorprendenti!
- in alcuni casi quella che può sembrare una banale colichetta può nascondere un'intolleranza alle proteine del latte; sarà compito di un pediatra esperto distinguere le due condizioni e decidere di eliminare il latte vaccino dalla dieta quando necessario.

Pertanto prima di intraprendere qualsiasi terapia consultate sempre il vostro pediatra curante!

I farmaci anti-colichette

Sono qui elencati, a scopo conoscitivo, alcuni dei farmaci (in ordine alfabetico) più utilizzati nel trattamento delle colichette nel neonato e nel lattante, ricordando però che la loro prescrizione spetta sempre e comunque al vostro pediatra!

- Actenacol (finocchietto, melissa, passiflora): 4 gocce/kg al giorno (max 40 gocce/die) prima o durante i pasti (divise in più somministrazioni)
- Cliacol (amido di riso, ananas, zenzero, melissa, camomilla, tiglio): 3 gocce/kg/die divise in 3 somministrazioni (Max 30 gocce/dose)
- Colben (vitamine del gruppo B, ac. Folico, finocchio, anice, rosalaccio, camomilla): 10 gocce, 2-3 volte al giorno
- Colinox (simeticone): 10 gocce, 2 volte al giorno prima della poppata
- Colipax (anice, melissa, malva, camomilla): 10 gocce, 3 volte al giorno prima dei pasti
- Mylicon (simeticone): 10 gocce, 2 volte al giorno prima della poppata