

NEONATI IN INVERNO: GENITORI, PROTEGGIAMOLI VACCINANDOCI!

La SIN Società Italiana di Neonatologia invita i genitori a tutelare i neonati dalle insidie dell'inverno. Fondamentale il vaccino anti-influenzale per tutti coloro che accudiscono il bebè

Piccoli ed indifesi si preparano ad affrontare l'inverno. Il loro primo "scudo" sono i genitori, che dovranno accudirli, proteggerli e tutelarli con attenzione ed affetto, conoscendo i mezzi a loro disposizione. I neonati infatti, esposti come gli adulti a virus e batteri, sono più fragili quanto più sono piccoli e necessitano pertanto di attenzioni e cure mirate per evitare malanni stagionali, quali malattie respiratorie e gastroenteriche, che possono sfociare in problemi più gravi, come bronchioliti, disidratazione e ricovero in ospedale, soprattutto nella stagione epidemica.

La fragilità del neonato è particolarmente accentuata per i **nati pretermine**, specie se di basso peso ed età gestazionale. Le infezioni, soprattutto nelle prime settimane di vita, sono una delle cause più frequenti di ricovero in neonatologia. Le ragioni sono diverse: la principale è che proprio nelle ultime settimane di gravidanza la madre trasferisce, attraverso la placenta, molte immunoglobuline di classe G (IgG), che servono a proteggere il nascituro. Questo passaggio è dunque molto ridotto in caso di nascita pretermine. Inoltre il sistema immunitario in varie sue componenti non è completamente strutturato, come quello del bambino più grande.

*"Un potente strumento protettivo contro virus e batteri in questo caso è rappresentato dall'**allattamento al seno**, sia per i prematuri che per i bambini nati a termine" - dice il dott. Marcello Lanari Consigliere della SIN, Società Italiana di Neonatologia – "Il latte materno, infatti, è ricchissimo di sostanze antinfettive: contiene immunoglobuline A secretorie (IgA), che agiscono a livello locale nell'intestino del bambino contrastando i germi. Inoltre contiene la lattoferrina, una proteina del latte che ha un'azione batteriostatica e battericida, cellule vive ed enzimi. Diversi studi hanno mostrato un'incidenza minore di patologie e di ricovero nei neonati e nei lattanti nutriti al seno, tra cui quelle infettive."*

Cosa fare ancora per difendere i piccoli dai mali provocati dalla stagione fredda?

Un'importante arma a disposizione è il **vaccino antinfluenzale**. "Combattere" il virus ancor prima di contrarlo è infatti uno dei mezzi più efficaci, ma per farlo gli adulti devono mettersi in gioco in prima persona, in particolare genitori e parenti vicini, vaccinandosi ed evitando in questo modo di esporre il neonato a rischio di contagio, dato che il bebè non potrebbe essere vaccinato per l'influenza fino al sesto mese.

Fondamentale è anche l'**igiene personale** per chi è più a contatto col piccolo: lavarsi le mani, spesso ed accuratamente, disinfettarle con gel antisettici facilmente reperibili in commercio, è un mezzo efficace per evitare la trasmissione di germi. E' bene poi **limitare le visite di amici e parenti**, se non strettamente necessarie, per evitare la diffusione nell'ambiente domestico di patogeni, che anche se non dannosi per gli adulti potrebbero nuocere al neonato. Lo stesso vale per i **luoghi chiusi e troppo affollati**, poiché rappresentano una delle più frequenti occasioni di contagio. Evitare quindi il più possibile mezzi pubblici, supermercati o negozi, soprattutto nelle giornate e nelle fasce orarie di massimo affollamento.

Meglio le passeggiate in luoghi "aperti", quando possibile in **giornate soleggiate**, stando attenti a **coprire il piccolo in modo adeguato** a seconda della temperatura: né troppo, né troppo poco, considerando la percezione di benessere termico che il genitore stesso può avvertire.

Una positiva esposizione al sole nel periodo invernale è molto importante. I raggi solari, infatti, sono la

principale fonte di sintesi di vitamina D, la cui produzione da parte dell'organismo è regolata da vari fattori, come il colore della pelle, il luogo in cui si vive e le stagioni. E' una preziosa sostanza che riveste un ruolo importante nella crescita e nello sviluppo non solo dell'apparato scheletrico, bensì per molte altre funzioni, tra le quali, sembra, anche quella immunitaria.

Anche la qualità dell'**abbigliamento** per i neonati è molto importante: per tutine e copertine bisognerà scegliere preferibilmente prodotti realizzati con materiali naturali, la cui garanzia sia certificata sempre e comunque dal marchio CE, così da non rischiare che contengano costituenti tossici per il piccolo o piccole parti che potrebbero staccarsi ed essere accidentalmente ingerite o, peggio, inalate. Fondamentale è avere sempre un cappellino con sé, per **coprire il capo**, che essendo ampio e poco coperto dai capelli risulta una zona di dispersione termica, soprattutto nelle giornate più fredde o ventilate.

In casa occorre porre attenzione, per **evitare sbalzi termici** eccessivi e creare un ambiente mite e confortevole. Perciò non **surriscaldare troppo le stanze**, cosa che potrebbe comportare anche un'eccessiva **secchezza dell'aria e dunque secchezza delle secrezioni respiratorie**. E' buona norma attuare la manutenzione degli impianti di riscaldamento prima della loro messa in funzione stagionale, per permetterne il funzionamento ottimale, con il minimo rischio di dispersione di gas e prodotti della combustione, tossici e talvolta, come nel caso del monossido di carbonio, potenzialmente letali. Per ridurre l'inquinamento "indoor", cioè quello derivante appunto dalle fonti di riscaldamento, ma anche dai prodotti di detergenza della casa e da altre fonti, è bene arieggiare di tanto in tanto gli ambienti nei quali soggiorna il piccolo, per evitare l'effetto di "aria viziata". Non sarà poi mai troppo spesso ribadito il **divieto assoluto di esporre i bambini al fumo di sigaretta** ed anche di farli soggiornare in ambienti nei quali si sia fumato.