

IL PIANTO

Nei primissimi mesi di vita ogni Bambino trascorre parte della sua giornata piangendo; i motivi sono tutt'altro che chiari e spesso non è possibile metterli in relazione con alcuna anomalia o disagio fisico. La durata media del pianto nei primi tre mesi di vita varia dai 45 minuti ad 1 ora e ½ - 2 ore al giorno. Molti lattanti - circa un terzo - nel corso del primo mese accentua il fisiologico bisogno di piangere. Soprattutto nel tardo pomeriggio e nelle prime ore della serata compaiono crisi violente ed inspiegabili di pianto che possono durare anche alcune ore e che si ripetono, più o meno regolarmente, nei mesi successivi, per poi scomparire, spontaneamente, intorno al 3°-4° mese di vita.

Il pianto di un neonato, in sé, è un comportamento normale, per cui la **COLICA** può essere vista come l'estremo opposto del comportamento normale. Pertanto la **COLICA** può essere considerata un problema del genitore, in quanto è lui che decide se la quantità di pianto del proprio neonato sia eccessiva, in base a varie aspettative ed esigenze.

Un neonato che strilla è sempre un problema importante anche per il pediatra, indipendentemente dal fatto che il pianto sia causato da coliche o da altri motivi.

I più autorevoli studiosi hanno avanzato alcune ipotesi ed hanno chiamato tale fenomeno, genericamente, **COLICA**. Le più importanti teorie suggerite come responsabili delle **COLICHE** sono 4:

- Un eccesso di latte vaccino e latticini e/o di uova nella dieta della madre potrebbe creare nei bambini allattati al seno un'intolleranza verso questi alimenti che può determinare un aumento dell'attività intestinale e, conseguentemente, irritabilità e pianto.
- I Bambini affetti da colica hanno un transito intestinale rallentato che si associa ad una grande produzione di aria nell'intestino e a contrazioni dell'ultima parte del colon.
- Anche un'aumentata sensibilità verso gli stimoli esterni è stata invocata come causa delle crisi di pianto. Alla base di tale fenomeno vi sarebbe un particolare "**temperamento**" del bambino ereditato da uno o da entrambi i genitori, unito da una fisiologica immaturità del sistema nervoso che si risolve nel corso dei primi mesi di vita.
- Pur essendo inequivocabile che l'ansietà materna, da sola, non può causare la colica nel proprio figlio, tuttavia è certo che esiste un circolo vizioso per cui se un certo grado di ansia può rendere irritabile il Bambino, a sua volta il pianto genera ansia nella madre particolarmente ricettiva. Pertanto l'ansia materna è da considerare più come uno stress aggiuntivo sul lattante piuttosto che la causa delle coliche.

COSA FARE

- Premesso che le **COLICHE** tendono a scomparire spontaneamente entro il quarto mese di vita e che non hanno nessuna conseguenza nelle età successive, ecco alcuni accorgimenti in grado di attenuare questo fenomeno:
- I farmaci in genere sono inefficaci, se non per un certo "effetto placebo"; alcuni di essi sono sedativi che, se somministrati in dosi non appropriate, possono provocare letargia (eccessiva sonnolenza) e apnea (arresto del respiro).
- È più utile somministrare sostanze naturali quali camomilla e finocchio (sottoforma di infusi) in piccole quantità, durante la colica, che avranno lo stesso effetto dei farmaci prima descritti.
- Eliminare completamente il latte e i suoi derivati e le uova dalla dieta della mamma che allatta può essere utile solo in una piccola percentuale di casi.
- Può essere utile proporre al Bambino il succhiotto per il suo effetto consolatorio.
- Dopo il pasto è meglio mettere il bambino nella culla in posizione prona (a pancia in giù), con il materasso leggermente inclinato, in modo da favorire l'eliminazione di gas che si fossero accumulati nella prima parte dell'apparato digerente.
- È buona norma far riposare il bambino in un ambiente silenzioso, tranquillo e non eccessivamente luminoso, in modo da ridurre il più possibile gli stimoli esterni.