

Tommaso Montini

# 4 CHIACCHIERE COL PEDIATRA

Una risposta a tutte le domande  
che non avete avuto il coraggio di fare

Nuova edizione



Le Comete FrancoAngeli

Le Comete

Le Comete

Per capirsi di più.  
Per aiutare chi ci sta accanto.  
Per affrontare le psicopatologie quotidiane.  
Una collana di testi agili e scientificamente  
all'avanguardia per aiutare a comprendere  
(e forse risolvere)  
i piccoli e grandi problemi  
della vita di ogni giorno.

I lettori che desiderano informarsi sui libri e le riviste da noi pubblicati  
possono consultare il nostro sito Internet: [www.francoangeli.it](http://www.francoangeli.it)  
e iscriversi nella homepage  
al servizio "Informatemi" per ricevere via e-mail  
le segnalazioni delle novità.

Tommaso Montini

# 4 CHIACCHIERE COL PEDIATRA

Una risposta a tutte le domande  
che non avete avuto il coraggio di fare

**Nuova edizione**

Le Comete FrancoAngeli

Grafica della copertina: *Alessandro Petrini*

Copyright © 2014, seconda edizione 2017 by FrancoAngeli s.r.l., Milano, Italy

*L'opera, comprese tutte le sue parti, è tutelata dalla legge sul diritto d'autore. L'Utente nel momento in cui effettua il download dell'opera accetta tutte le condizioni della licenza d'uso dell'opera previste e comunicate sul sito [www.francoangeli.it](http://www.francoangeli.it).*

*Alla sposa....  
... ai miei gioielli!*



---

# Indice

Introduzione. C'erano una volta le malattie...  
e i dottori! pag. 9

## **Prima parte**

### **Alimentazione: dal latte... al ragù!**

0-6 mesi: l'allattamento al seno	» 13
Qualche consiglio "tecnico" per l'allattamento al seno	» 19
Il vizio delle braccia	» 27
Che cosa evitare durante l'allattamento?	» 31
E se devo riprendere il lavoro e non posso allattare?	» 33
Evviva la mamma che lavora!	» 34
Latte artificiale: complimenti alle industrie! È di ottima qualità!	» 37
A tavola con mamma e papà! Lo chiamavano... "svezzamento"	» 40
Forchetta, coltello e... si mangia "da grandi"!	» 45
"Non mi piace!"	» 47
Fame: che cosa è?	» 51



“Ho fame!”. Troppa?	pag. 57
Tutti a dieta! Mediterranea, please!	» 62

## **Seconda parte**

### **E poi?**

Benvenuti nell’ambulatorio del pediatra...	» 69
Le malattie infettive. Il “colpo di freddo”, “le sudate”, la febbre	» 72
La febbre: è iniziata la battaglia!	» 75
Infezioni batteriche e infezioni virali	» 78
Ma sta male davvero... o no?	» 86
Le convulsioni febbrili	» 91
Il bambino che si ammala troppo spesso	» 96
Le infezioni delle vie respiratorie	» 102
GER, GERD, RGE... Sembra facile dire “rigurgito”!	» 108
Infezioni gastrointestinali: la diarrea acuta	» 112
La stipsi	» 118
Eritema da pannolino	» 121
Eczema atopico e come funziona un’allergia	» 124
L’asma: dalla bronco-ostruzione parainfettiva all’allergia	» 131
La bronchiolite	» 147
Il dolore	» 150
Il dolore acuto o da procedure	» 156
L’epistassi	» 160
“SIDS”, che brutta parola! E che cosa vuol dire?	» 162
“Scusi signora, ma il suo bambino... fuma?”	» 166
Solo una parola sulle malattie croniche	» 170
I pidocchi (pediculosi del capo)	» 176
Pensiamoci prima...	» 179
<b>Epilogo</b>	» 183
<b>Ringraziamenti</b>	» 185

---

# Introduzione. C'erano una volta le malattie ... e i dottori!

C'erano le famiglie che accudivano i malati, e c'erano i medici che, con poche conoscenze e poche armi, combattevano contro le malattie. Molto spesso la battaglia si perdeva e i bambini morivano. Morivano per le malattie infettive come la difterite, la polmonite, il tetano, ma morivano anche “solo” per la diarrea.

I genitori e il loro medico piangevano insieme. Restava tra loro un profondo legame: entrambi avevano condiviso il dolore, le notti insonni, la stanchezza... I medici spesso avevano fatto ben poco (viste le poche conoscenze e le poche medicine a disposizione) ma comunque veniva loro riconosciuto un grande ruolo, e il legame tra medico e paziente era, alla fine, affettivo più che professionale.

Il racconto era che “una brutta malattia” aveva ucciso il bambino e “non era stato possibile far niente”. Oggi non ci sono più le malattie, non ci sono più le famiglie allargate che “accolgono” il dolore nel loro seno, non si muore più a casa ma in ospedale, e non c'è più nemmeno “il dottore”, sostituito da équipes specialistiche anonime e da macchinari tecnologici che “devono” evitare la “morte per malattia”!

“Ma è possibile che nel secondo millennio si possa ancora morire per... malattia?! È uno scandalo!”.

Certamente se le cose sono andate male “la colpa” è di qualcuno... Il medico non ha capito niente e, se ha capito, certamente non ha prescritto la cura giusta! Bisogna fargliela pagare...

Per fortuna oggi ci sono avvocati e organizzazioni specializzate per far valere i propri diritti!

Risultato di tutto questo: i medici e i pazienti oggi “non si vogliono più bene” e chiudono i loro rapporti in una pseudo-professionalità legalistica, nei sistemi sanitari nazionali pieni di “regole da rispettare” e poco di “persone che hanno un cuore”.

I medici rispettano regole e si arroccano nella “medicina difensiva” fatta di indagini eccessive e inutili, certificazioni e documentazioni: l’importante non è fare la cosa migliore per la persona, ma la cosa migliore per rispettare la legge e non incorrere in sanzioni!

I pazienti d’altra parte non si fidano dei medici e, persi nel “doctor-shopping”, in Internet, negli esami autoprescritti per calmare la loro ansia, di fatto “si curano” da soli o si affidano a “stregoni” o “pseudo-medicine” alternative...

Le assicurazioni prosperano e diventano spesa fissa per ogni camice bianco.

C’era una volta... il “dottore?!”.

E anche noi, pediatri della famiglia, siamo in via di estinzione? Forse.

In queste pagine però voglio provare a creare un “abbraccio” tra i nostri dubbi e le vostre ansie. In mezzo ci sono i nostri/vostri bambini ma, insieme, io credo che possiamo essere una “famiglia”!

Una famiglia! Un posto dove “ci si vuole bene”! È quello che serve ai bambini per la loro salute e il loro benessere. Solo quando “ci si vuole bene”, infatti, si può fare qualcosa di buono per loro.

Mi piace dunque pensare a questa prima pagina come a una porta di casa dove posso venirvi incontro per accogliervi. Benvenuti! Prego, entrate e mettetevi comodi.

Facciamo quattro chiacchiere? Parliamo di malattie, ma questa volta vogliamo affrontarle “insieme”, senza una scrivania che ci divida, “volendoci bene”!

*Tommaso Montini*  
tom.montini@libero.it

---

**Prima parte**

**Alimentazione:  
dal latte... al ragù!**



---

# 0-6 mesi: l'allattamento al seno

**Una cosa mai provata fuori  
dalla mamma. Si mangia!**

La mamma sa già tutto.

Latte materno... il migliore che c'è!

Ogni tre ore...

10-15 minuti per seno...

Ruttino...

E... dieta! Non si deve mangiare questo, quello e quell'altro...

Sa tutto.

Dopo aver letto tutti quei giornali, libri e forum in Internet...

Eppure nella realtà è diverso. Le domande sono tante: "Come faccio a sapere se il latte è sufficiente? Come faccio a contare 'le tre ore': si 'conta' dall'inizio o dalla fine della poppata? E come si fa se lui si addormenta mentre succhia? Se si sveglia dopo mezz'ora devo darglielo il seno, o no? E deve succhiare da un solo seno o da tutti e due ogni volta?"

E poi... "Le ragadi... che disastro!", "E non si vuole attaccare...", "A me hanno consigliato i paracapezzoli...", "E il seno è troppo piccolo e non si indurisce...", "E a me è troppo grande e sembra che si affoghi...", "E a mia cugina il latte esce a spruzzi a me nemmeno a gocce".

Sorrindo e dico: cara mamma, fermati e... dimentica tutto!

Dimentica tutti i “come dovrebbe essere” tutte le regole... tutte le prescrizioni del dottore da mettere rigorosamente in pratica per avere la certificazione di essere una “brava mamma”...

Una “brava mamma”?! E chi è? Quella che ha un bel voto perché ha saputo fare bene i compiti che il pediatra le ha dato? “Coraggio signora, studi bene il ‘manuale’ delle mie ricette e la prossima volta... interrogazioni?!”.

E bastassero i compiti assegnati dal dottore! Poi ci sono quelli delle nonne, delle amiche, del marito, dei libri letti, dei programmi radiotelevisivi... “Attenzione a...”, “Non faccia...” o “Si deve fare così e cosà...” e “il bambino ha bisogno di...”.

Cara mamma, dimentica tutto quello che hai letto, quello che ti hanno detto e... ascolta il tuo cuore!

Prendi il tuo bambino, guardalo, accarezzalo, sussurragli in un orecchio quanto lo ami e scegli di essere solo te stessa: la migliore mamma possibile per lui!

Il tuo cuore.

È quello il libro da aprire!

Non devi fare sforzi per leggerlo, si legge da solo.

Non devi conquistare l'amore del tuo bambino, ti ama già, così come sei.

Non devi fare qualcosa per meritarglielo, è già tuo.

Non devi “saper fare” qualcosa, gli vai bene così, senza far nulla.

Cara mamma, dimentica tutti i doveri.

Il dover allattare...

Il dover produrre una quantità di latte...

Il dover capire i bisogni del tuo bambino...

Il dover essere “brava”...

Il dover soddisfare le attese che tutti hanno su di te...

Il dover soddisfare le attese che tu stessa ti sei prescritta... (e sei la più severa!).

Cara mamma: è il momento del piacere! Dell'intimità! Dell'amore profondo verso quel corpicino che è uscito da te ed è fatto di te...

È il momento di “darti il permesso” di “godere” di una corporeità assolutamente nuova, di vivere sensazioni ed emozioni profonde, straordinariamente belle, mai provate!

Ascolta il tuo cuore. Che cosa ti sta dicendo?

Desideri tenere quel corpicino vicino vicino, attaccato al tuo seno, che ti succhia e si abbandona completamente nelle tue braccia. Fallo! Tienilo nudo (con il pannolino) e stai tu stessa nuda. Tienilo con la sua pelle sulla tua: è più bello, per te e per lui!

Forse non ci hai mai pensato ma tu sei morbida! Sei liscia e calda e lui ha bisogno di queste sensazioni come il mangiare, bere e dormire. Queste esperienze che gli regali, scavano solchi nel suo piccolo cervello, lo modellano e saranno lì, dentro di lui, quando gestirà la sua azienda o muoverà il suo bisturi in una sala operatoria!

Non è stato meraviglioso in sala parto sentirlo caldo caldo, ancora bagnato e così scivoloso sul tuo corpo? Sembrava una magia quando ha preso il tuo seno e ha iniziato a succhiare... Non esisteva altro che lui in quel momento!

Lascia perdere i millilitri di latte che hai deciso che devi produrre e concentrati su queste sensazioni: guardalo, ascolta il suo respiro, senti come è liscio, vellutato...

Scopri di avere un potere magico: tra le tue braccia lui si calma e chiude gli occhi beato. Siete proprio fatti l'uno per l'altro!

Che bello!

Sul letto o su una poltrona così, abbandonati in un abbraccio dolcissimo, il tempo sembra dimenticato per sempre. Lui succhia, poi dorme, poi sorride, poi succhia ancora un pochino, poi forse fa un ruttino... "Si sta bene insieme, gli canto la ninna nanna che mi cantava la mia mamma, le canzoncine dello 'zecchino d'oro' che ricordo... Le sigle dei cartoni animati che seguivo da piccola... e poi gli parlo... con dolcezza... Sembra quasi che mi capisca quando sorride".

"Dottore, ma mi vede?"

Sì, ti vede. Non gli importa però se sei pettinata o hai gli orecchini... lui vede il tuo sorriso. I tuoi occhi che si stringono, i tuoi denti bianchi e la tua bocca che si alza verso l'alto...

Il tuo sorriso è magico: riduce i livelli di adrenalina nel suo sangue e se ha paura... si calma!

Cara mamma, questo è l'allattamento al seno!

C'è qualcosa da imparare? Qualcosa da "saper fare"? Qualcosa da leggere?



Non credo.

“Ma che dici! E il latte? Non lo hai nemmeno nominato! Che razza di libro è questo! Uno fa tanto per sapere qualcosa in più e...”.

Va bene, e allora ecco le domande con cui abbiamo iniziato questo capitolo: “Quante volte deve succhiare? Ogni quanto tempo? Per quanto tempo? Entrambi i seni o uno alla volta? Si ‘conta’ il tempo dall’inizio o dalla fine della poppata? Si deve svegliare se dorme? Si deve controllare con una bilancia quanto ha succhiato? Se si addormenta al seno e non succhia 15 minuti che faccio?”.

Ecco le risposte scritte nel libro del tuo cuore: “Quante volte succhia? Boh! Tante. Un po’ succhia un po’ dorme, un po’ mi cerca, un po’ fa le smorfie, un po’ sorride, un po’ mi usa come tettarella... Non so quante volte ha succhiato per mangiare e quante volte ha succhiato solo un pochino, per dormire”.

“Mi piace troppo tenerlo così vicino e sentirlo, caldo, che respira abbandonato su di me! Mi piace anche solo guardarlo e magari pensare a come sarà quando mi dirà per la prima volta ‘mamma!’”.

Allattamento al seno “perfetto” in corso... Non disturbare!

Nelle varie specie dei mammiferi (ci siamo anche noi!) il contenuto proteico del latte è inversamente proporzionale alla frequenza e alla durata delle poppate. Il toporagno ha un latte molto concentrato e i suoi cuccioli succhiano ogni 48 ore; negli animali ungulati, cioè quelli che hanno gli zoccoli, il latte ha una concentrazione media e l’intervallo tra le poppate è di circa 2-3 ore.

Nella nostra specie, il latte materno ha un contenuto proteico relativamente basso; per questo motivo i nostri piccoli piangono frequentemente e succhiano lentamente. Succede anche nelle scimmie antropomorfe che succhiano ogni ora e stanno continuamente attaccate alle mamme.

Il senso di tutto questo è che per noi, specie più evoluta, la natura ha programmato la necessità di un lungo e intenso contatto della mamma con il suo piccolo... Il ritmo delle “tre ore” da rispettare, è una regola, imposta come l’orario per entrare in ufficio, introdotta da convenzioni sociali ma non dal disegno della natura e non è mai stata scritta nel libro del cuore delle mamme (che non l’hanno mai rispettata davvero)!

E allora...

“E quanto deve succhiare?”. Lo decide lui. Non sbaglia mai!

Il pediatra saprà valutare se è sufficiente, ma non è un problema vostro! Lasciate “i pensieri” a lui!

“E se si addormenta al seno?”. Vuol dire che sta bene! Se vi piace, tenetelo!

“E se vuole succhiare subito dopo?”. Vuol dire che piace anche a lui! OK succhi!

“E se non mantiene un ‘ritmo corretto’?”. Abolite il “ritmo corretto” e godetevi il “ritmo scorretto”: va bene quello che vi dà piacere!

“E se il latte non c’è?”. Verrà. E se non verrà, lasciate fare qualcosa anche al pediatra! Ci penserà lui.

“Troppo semplice. Questo libro è una ‘schifezza’”.

OK, se non vi ho convinte ecco di seguito qualche consiglio tecnico.

La tecnica è più arida, mi piace meno, ma forse serve anche lei. Non so, decidete voi...

*Cosa mi metto oggi?*

*Ma il mio bambino,  
naturalmente!  
Un figlio da indossare?  
Sì, grazie!*

*La miglior posizione per far  
"star bene" il bambino è  
tenerlo con fasce, "spalmato"  
sul corpo della mamma.*

*Sta bene lui...  
stai bene tu!*

---

# Qualche consiglio “tecnico” per l’allattamento al seno

Abbiamo parlato di piacere reciproco, di intimità, però al seno... si mangia anche! E molto bene!

Il latte è l’unica sostanza che esiste in natura solo come alimento. Tutto il resto lo “diventa”, ma non sempre ne è contento.

Il latte materno è una fonte nutrizionale straordinaria. Da solo copre tutti i fabbisogni di un bambino anche fino a un anno di vita ed è, in assoluto, la migliore scelta alimentare che si può fare: credetemi sulla parola; vi risparmio le tabelle dei vari nutrienti perché sono noiose. Se vi interessano le trovate su ogni libro.

Quasi tutte potete allattare! Abbiamo parlato del contesto sereno che può aiutarvi a farlo, ora aggiungo qualche consiglio tecnico.

Quando un bambino nasce, sono presenti due riflessi: quello della deglutizione, che si attiva se una goccia di liquido tocca il palato molle, e quello di “ciucciare” quando viene stimolata la bocca. Ma il bambino non sa ancora... “succhiare”!

Per “mangiare” egli deve, infatti, imparare a coordinare la suzione e la deglutizione.

Deve “saper” chiudere la glottide per non soffocarsi, e “saper” aprire lo sfintere esofageo superiore con un movimento progressivo.