











bambini di età superiore ai 2 mesi, ad eccezione dei prodotti a base di olio di limone e eucalipto. **In ogni caso, nei bambini con età inferiore a 2 anni devono essere utilizzati i repellenti a concentrazione più bassa (a seconda del principio attivo).**

## 9. Morsi di animali

Morsi o ferite da animali possono essere molto dannosi e determinare la trasmissione di alcune malattie, principalmente la **rabbia**. Per evitare questi pericoli possono essere presi alcuni accorgimenti:

- prima della partenza è necessario accertarsi di **essere in regola con la vaccinazione antitetanica** e, ove sia presente il **rischio di rabbia**, eseguire la vaccinazione
- durante il viaggio **evitare di avvicinare o nutrire animali** non familiari, domestici e non
- in caso di morso di animale, la ferita va pulita e disinfettata
- ove presente il rischio di esposizione a rabbia, è necessario consultare una struttura sanitaria localmente per prendere in considerazione una profilassi post-esposizione antirabbia (vaccino/immunoglobuline) e dosi booster di antitetanica.

## 10. Cosa fare al rientro

Al rientro da un viaggio, in particolare da Paesi ad alta endemia è consigliata una **visita medica di controllo**: diverse malattie possono manifestarsi anche a distanza di tempo **come malaria e parassitosi intestinali**.

Questa regola vale soprattutto per **bambini affetti da patologie croniche** (malattie cardiorespiratorie, diabete mellito, immunodeficienza), per coloro che sono stati **esposti ad una malattia infettiva durante il viaggio** o che hanno trascorso **più di 3 mesi in un Paese in via di sviluppo**.

È essenziale consultare il pediatra curante in presenza di **febbre, diarrea persistente, vomito, ittero, sintomi urinari, manifestazioni cutanee**.

In particolare, è bene sapere che **la febbre al ritorno da un'area ad endemia malarica rappresenta una possibile emergenza medica** ed è necessario consultare immediatamente il proprio medico curante.

---

## E se il bimbo è molto piccolo ...in viaggio con il neonato

Il neonato può affrontare vari tipo di viaggio, purché si presentino le condizioni necessarie al suo comfort.

### In aereo

I bambini **sani e nati a termine** possono viaggiare in aereo **a partire da 48 ore dopo la nascita**, ma è preferibile aspettare almeno **fino al settimo giorno di vita**. Per quanto riguarda i **neonati prematuri e i bambini con patologie polmonari e cardiache**, andrebbe richiesto un parere medico prima di intraprendere il volo.

### In automobile

I neonati possono viaggiare in auto, se le condizioni climatiche favorevoli sono garantite all'interno dell'abitacolo. Il neonato deve essere alloggiato nel suo **"ovetto"**, conforme alla normativa europea. **Fino ai 9 chili** di peso del bambino, il seggiolino deve essere installato obbligatoriamente in **senso contrario a quello di marcia**.

E' preferibile porre il seggiolino sul sedile posteriore: il posto più sicuro per il bambino è il **sedile centrale posteriore**, più riparato in caso di urto sia frontale che laterale.

La posizione del seggiolino sul sedile posteriore è obbligatoria qualora la macchina posseda l'air bag in corrispondenza del sedile anteriore del passeggero. Non è raccomandabile **tenere i bambini in braccio**.

**Non abusare con l'aria condizionata**, ma posizionarla sempre a temperature non inferiori a 22-23 gradi.

Prevedere **una sosta ogni due ore circa** e ogni volta che il neonato debba essere alimentato.

### **In treno**

Il treno è una **soluzione comoda** perché offre più spazio per muoversi, per passeggiare e per collocare il passeggino o l'ovetto in caso di necessità.

### **In montagna**

Temperature adatte anche ai neonati in montagna. Tuttavia, è preferibile che non si tratti di periodi troppo brevi per consentire quei fisiologici adattamenti richiesti dal cambio di altitudine e di pressione atmosferica. **Altezze elevate (superiori a 2000/2500 mt) sono generalmente da evitare.**

E' sconsigliabile anche effettuare **gite troppo lunghe o passeggiate impegnative** con bambini di poche settimane. Ricordiamo, infatti, che il neonato non ha una struttura ossea e muscolare adatta ad essere **trasportato "a spalla"** da riservare invece per **i bambini più grandicelli**.

### **Cosa mangiare**

In caso di allattamento materno: nessun problema. Nei casi di allattamento con formula considerare che, soprattutto nei Paesi tropicali l'acqua è una delle più frequenti fonti di malattie gastroenteriche, e molto spesso quella proveniente dagli acquedotti non è potabile. Va, quindi, utilizzata per la preparazione del latte acqua minerale contenuta in **bottiglie sigillate**.

Se l'acqua disponibile **non è potabile**, il metodo più sicuro per la **potabilizzazione è quello dell'ebollizione che deve essere protratta per almeno 10 minuti**; è necessario inoltre conservare l'acqua nello stesso recipiente fino al momento del consumo.

### **Raggi ultravioletti**

Benché siano noti gli effetti benefici della luce solare in età pediatrica, i raggi ultravioletti possono essere anche pericolosi. Alcuni consigli:

- i **bambini di età < 6 mesi** devono essere **tenuti all'ombra** e devono indossare vestiti che proteggano la maggior parte della superficie corporea; applicare una protezione solare totale nelle zone foto esposte come viso e mani
- i **bambini di età > 6 mesi** devono comunque applicare **creme solari protettive verso UVA e UVB**, da riapplicare sistematicamente dopo il bagno in mare o in piscina; tener presente che l'applicazione di repellenti per insetti riduce l'effetto protettivo delle creme solari.
- far indossare sempre ai bambini **occhiali da sole e cappelli**.