

In caso di assunzione di farmaci, ...

... occorre osservare i seguenti punti:

- Di norma, ai bambini e agli adolescenti dovrebbero essere somministrati farmaci da banco solo su consiglio di uno specialista (medico, farmacista).
- Gli specialisti devono essere informati su qualsiasi altro medicinale assunto (farmaci per l'asma, Ritalin, ecc.).
- La dose consigliata e la durata del trattamento non dovrebbero mai essere modificate senza consultare un professionista.
- Se si manifestano effetti collaterali o se i sintomi peggiorano, è necessario rivolgersi ad un professionista.
- Non somministrate mai a vostro figlio o a vostra figlia intere confezioni di medicinali, ma solo singole compresse.
- Anche i farmaci da banco devono essere sempre tenuti fuori dalla portata dei bambini.
- Non somministrate mai a terze persone i farmaci che vi sono stati prescritti.
- Tutti questi consigli valgono anche per i medicinali acquistati al di fuori della Svizzera.
- Occorre molta cautela quando si acquistano medicinali in internet: manca infatti una consulenza e sussiste il rischio che il contenuto non corrisponda alle informazioni sulla confezione o che il medicinale contenga sostanze nocive.

Consulenza e informazioni

www.suchtpraeventi-zh.ch I centri per la prevenzione delle dipendenze del Cantone di Zurigo offrono informazioni online, un autotest sull'uso di medicinali e consulenza personale.

www.zfps.ch Lo ZFPS (Zürcher Fachstelle zur Prävention des Suchtmittelmissbrauchs) è specializzato su questo tema.

www.suchtschweiz.ch Sucht Schweiz offre informazioni approfondite online e svariati opuscoli, oltre a consulenza via e-mail e telefonica.

www.ajb.zh.ch/kjz I centri per l'infanzia e la gioventù del Cantone di Zurigo offrono consulenza alle famiglie su diverse questioni pedagogiche.

www.elternbildung.zh.ch Il sito di educazione parentale offre eventi e corsi su temi educativi e familiari in tutte le regioni del Cantone di Zurigo.

In libreria sono disponibili diverse guida per il trattamento delle malattie infantili, ad esempio della casa editrice Beobachter Verlag.

Ordinazioni

Questo dépliant e altri opuscoli per i genitori (in diverse lingue) possono essere ordinati sul sito www.suchtpraeventi-zh.ch.

Questo dépliant è disponibile in molte altre lingue.

1a edizione, agosto 2014, versione 2019

Italienisch



Uso di medicinali in età pediatrica e adolescenziale

Trattamento responsabile nella vita quotidiana

Consigli per i genitori

Die Stellen für **Suchtprävention**
im **Kanton Zürich**

Analogamente agli adulti, anche i bambini e gli adolescenti a volte soffrono di disturbi come mal di testa, mal di pancia o insonnia. Per trattare tali disturbi, occorre usare i farmaci con molta cautela, soprattutto per prevenire problemi relativi alla dipendenza.

I farmaci agiscono in modo diverso nei bambini

Spesso gli adulti assumono farmaci non soggetti a prescrizione medica per malesseri di lieve entità, come mal di testa o disturbi digestivi. Questi medicinali non hanno necessariamente lo stesso effetto nei bambini e negli adolescenti, perché il loro sviluppo fisico non è ancora compiuto e perché presentano una minore massa corporea. Alcuni farmaci hanno addirittura un effetto nocivo sui bambini. Pertanto, si consiglia di non somministrare alcun farmaco ai bambini senza previa consulenza professionale da parte della farmacia o dello studio medico e senza leggere attentamente il foglietto illustrativo.

Imparare un atteggiamento a basso rischio

In Svizzera, la dipendenza dai farmaci riguarda oltre 60'000 persone. Soprattutto i sonniferi, i tranquillanti e gli antidolorifici, i cui principi attivi appartengono alla categoria delle benzodiazepine o degli oppioidi, possono creare dipendenza. La dipendenza ha sempre molte cause: oltre al principio attivo, anche la pratica appresa può costituire un fattore di rischio. Se i bambini imparano ad assumere immediatamente un farmaco in caso di malessere, tale comportamento può favorire la dipendenza in futuro. I bambini apprendono questo modello di comportamento inadeguato se ricevono i medicinali con una certa frequenza e anche in caso di lievi disturbi e/o se gli adulti stessi assumono i farmaci in modo rapido e frequente. I bambini osservano il comportamento degli adulti e lo prendono come esempio. Lo stesso principio vale anche per i preparati omeopatici o per i prodotti placebo (medicinali senza principi attivi).

Trattamento dei disturbi di lieve entità

a) nei bambini

Di solito i bambini hanno difficoltà a definire chiaramente un disturbo. I bambini piccoli spesso indicano un malessere come «mal di pancia», anche se intendono un disturbo di tutt'altro tipo. Il malessere spesso non ha una causa medica, ma è dovuto a stress, stanchezza, scarso movimento, litigi con altri bambini o altri fattori di stress psicologico.

Spesso, in caso di malessere, possono aiutare una maggiore attenzione e dedizione o un rimedio domestico come il tè o gli impacchi. Anche fattori come dormire a sufficienza, un'alimentazione equilibrata, giocare molto e fare attività fisica sono importanti per il benessere del bambino. In ogni caso, conviene parlare con il bambino e scoprire insieme i motivi dei disturbi.

Se non si è sicuri di cosa abbia bisogno il bambino, è consigliabile rivolgersi ad altre persone che se ne prendono cura (personale dell'asilo nido o del doposcuola, insegnanti, nonni, ecc.). Se i sintomi persistono, è opportuno un colloquio con uno specialista (medico, farmacista, centri di consulenza per genitori, psicologo).

b) nei giovani

La somministrazione di medicinali per i disturbi di lieve entità è relativamente meno problematica nell'adolescenza rispetto all'infanzia: gli adolescenti sono in grado di descrivere meglio i disturbi e il loro sviluppo fisico è ulteriormente progredito. Tuttavia, occorre sempre attenersi alle indicazioni relative all'età riportate per i singoli farmaci.

Spesso le ragazze assumono per la prima volta medicinali a causa di disturbi mestruali. Ciò può essere utile e opportuno. Tuttavia, anche in questo caso: è importante ricorrere a consulenza professionale in farmacia o da parte di un medico.

Sia per i ragazzi che per le ragazze vale il seguente principio: i genitori dovrebbero tenere sotto controllo il consumo di farmaci da parte dei loro figli adolescenti e dialogare con loro. A volte gli adolescenti ordinano da soli i farmaci in internet (ad es. Viagra o sciroppo per la tosse con effetto inebriante). Informate vostro figlio o vostra figlia del fatto che i medicinali non dovrebbero mai essere ordinati in internet, perché online a volte si vendono farmaci contraffatti e quindi pericolosi.

Di solito, l'ansia da esame, il nervosismo, i problemi del sonno o i bassi livelli di prestazione non dovrebbero essere trattati ricorrendo ai farmaci. I medicinali trattano solo i sintomi e, inoltre, comportano il rischio di creare dipendenza. A seconda del soggetto e della situazione, possono essere utili altre misure: in alcuni casi aiuta semplicemente non fare «niente», in altri è utile una regolare attività fisica (senza ansia da prestazione), a volte invece giovano tecniche di rilassamento o ricorrere ad una consulenza psicologica. È consigliabile scambiare esperienze con altri genitori e chiedere il parere di uno specialista (psicologo, insegnante, medico).

Cosa possono fare i genitori

- Chiedete chiarimenti in caso di malessere di vostro figlio o di vostra figlia. Cercate di scoprire insieme quali possano essere le cause.
- Se possibile, cercate di evitare l'uso di farmaci da banco senza una consulenza professionale.
- Attenzione, dedizione, sufficiente sonno, riposo e movimento, oltre ad una sana alimentazione, sono spesso buoni rimedi in caso di indisposizione.
- Osservate vostro figlio/vostra figlia per scoprire cosa gli/le fa bene. Date loro il tempo di riprendersi dal malessere.
- State consapevoli del vostro ruolo di esempio e assumete voi stessi un atteggiamento a basso rischio nell'uso dei farmaci.
- In caso di dubbio, consultate uno specialista (medico, farmacista, centri di consulenza per i genitori, psicologo).
- Se sospettate che vostro figlio o vostra figlia assuma farmaci senza il vostro benestare – ad esempio tranquillanti, stimolanti delle prestazioni o inebrianti – parlategliene, informandolo/a sui rischi. Rivolgetevi al centro di consulenza per i genitori o al pediatra se vi sentite insicuri o se non è possibile dialogare con vostro figlio o vostra figlia.