

## Vomito e "acetoni"

Il problema dei cosiddetti "acetoni" è fenomeno assai frequente nei bambini.

La definizione precisa è "**Vomito ciclico o ricorrente con acetonemia**". Quando si parla di **acetonemia** o **chetosi** si intende la presenza esagerata e quindi l'eliminazione anormale dei cosiddetti "corpi chetonici". Questi sono 3 acidi e, specificamente, l'acetone, l'acido Beta idrossibutirrico e l'acido acetacetico.

La produzione di questi acidi avviene nel fegato partendo dagli alimenti più ricchi di grassi. Questi corpi chetonici sono poi utilizzati negli altri tessuti grazie agli zuccheri che permettono di trasformarli in energia (si suole dire che "**i grassi bruciano bene alla fiamma degli zuccheri**")

Quando, per un squilibrio tra la loro produzione e la loro utilizzazione, si ha un accumulo di questi acidi si parla di **chetosi** che, quindi è facilitata da una dieta ricca in grassi e povera di zuccheri.

Dal vomito ciclico acetonemico sono più spesso colpiti i bambini emotivamente instabili, più spesso della seconda o terza infanzia, di solito abbastanza magrolini. In questi soggetti **i fattori scatenanti** la vera e propria crisi acetonemica possono essere rappresentati da:

- **periodi di digiuno (anche breve)**
- **disordini alimentari con abuso di cibi ricchi in grassi animali o vegetali (cacao!!)**
- **stress fisici o emotivi**
- **esordio di un processo infettivo febbrile**

Il quadro clinico della crisi acetonemica è caratterizzato da attacchi di vomito incoercibile, per poche ore o qualche giorno, accompagnato spesso da dolori addominali, mal di testa e febbre con tendenza a ripetersi in modo apparentemente periodico.

All' aumento dei corpi chetonici nel sangue, l'organismo cerca di reagire con un aumento della diuresi e quindi dell'eliminazione dei corpi chetonici con le urine (CHETO TEST urinario positivo) e con l'alito (il caratteristico alito acetonemico).

### Cosa fare in caso di crisi acetonemica:

La perdita di liquidi che si ha con il vomito e l' aumento della diuresi che si realizza durante la crisi possono comportare una disidratazione più o meno grave per il bambino. Pertanto **per prima cosa** occorre reintegrare il bambino con **abbondante somministrazione di liquidi e zucchero**. Nei casi più gravi, quando il vomito è incoercibile e anche l'uso di antiemetici (tipo Peridon supposte) risulta inefficace, si deve ricorrere alla reidratazione mediante fleboclisi. Tuttavia, nelle stragrande maggioranza dei casi, la reidratazione orale è possibile e efficace.

Per reidratare si possono utilizzare delle soluzioni già pronte (tipo **Dicodral liquido**), altrimenti si può ricorrere a delle preparazioni artigianali costituite da **Thè deteinato freddo e ben zuccherato + succo di arancio + Coca Cola (fatta sgassare in precedenza) (in proporzioni di 1:1:1)**. A causa del vomito, la somministrazione di questi liquidi deve essere fatta frequentemente e a piccoli sorsi (utile è anche somministrarla sotto forma di piccoli cubetti di ghiaccio tipo granita).

Anche i prodotti "tamponanti" (tipo **Biochetasi** bustine o **Citrosodina** granulare) sono largamente utilizzati: personalmente ritengo che questi prodotti comportino pochi vantaggi e che quindi il loro uso non trovi particolare indicazione.

Cessata la crisi, la **rialimentazione** deve avvenire rapidamente e con preferenza per gli zuccheri facilmente assorbibili come, ad esempio, polpa di banane e mele grattugiate e addolcite con zucchero e miele.

**Successivamente** l'alimentazione deve avere è più uno scopo preventivo che curativo, nel senso che sarà opportuno evitare l'introduzione di cibi grassi animali in quantità esagerata ed escludere completamente fritti, cioccolata, noci, nocciole, pinoli.....

Volendo schematizzare possiamo cos' riassumere:

- **ALIMENTI CONSIGLIATI PER LA "CRISI ACETONEMICA":**  
Tutti gli alimenti ad alto contenuto di zucchero tipo frutta, marmellata, miele, zucchero, pane, pasta non all'uovo.
- **ALIMENTI VIETATI DURANTE LA "CRISI ACETONEMICA":**  
Tutti gli alimenti ad alto contenuto di grassi tipo burro, olio, carni grasse, latte intero
- **LIQUIDI:** a volontà fino alla scomparsa degli acetoni dalle urine.