

## Sudamina, cause e rimedi di una "piccola" malattia



Come prevenire e curare quest'irritazione che si verifica se i bambini vivono in ambienti caldo-umidi, se sono troppo coperti oppure se indossano vestiti di tessuti acrilici che non lasciano respirare la pelle

Antonino Di Pietro  
Direttore dell'Istituto Dermoclinico Vita Cutis

[www.antoninodipietro.it](http://www.antoninodipietro.it) / [www.istitutodermoclinico.com](http://www.istitutodermoclinico.com)

**T**utti sanno che il sudore mette in imbarazzo le persone che ne producono molto, ma non tutti sanno che un'eccessiva sudorazione può provocare alcuni disturbi più o meno seri.

Con il sudore, oltre all'acqua, si perdono importanti sostanze come sodio e potassio, rischiando di causare non solo disidratazione, ma anche numerose forme di irritazione cutanea.

La sudorazione è un fenomeno naturale, che svolge un ruolo indispensabile per l'organismo, in quanto esercita due importanti funzioni: regola la temperatura del corpo, attraverso la dispersione del calore in eccesso verso l'esterno e, insieme al sebo, mantiene il giusto equilibrio idrolipidico della pelle. Le responsabili della sudorazione sono due tipi di ghiandole, le eccrine e le apocrine, che producono due diversi liquidi.

Le ghiandole eccrine sono presenti alla nascita su tutta la superficie corporea, secernono un sudore formato quasi esclusivamente da acqua che non dà cattivo odore.

Le ghiandole apocrine si sviluppano, invece, con la pubertà e si trovano principalmente sotto le ascelle e vicino all'inguine. Esse producono un sudore più grasso, spesso causa di cattivi odori.

### Le irritazioni dei bambini

La sudamina è un'irritazione della pelle che interessa i bambini quando, in caso di sudorazione eccessiva, questa non trova sfogo. Tale fenomeno si verifica, per esempio, se i piccoli vivono in ambienti caldo-umidi, se sono troppo coperti oppure se indossano vestiti di



tessuti acrilici e non di fibra naturale che non lasciano respirare la pelle.

La sudamina si manifesta con piccole vesciche nella zona del corpo dove la pelle è più coperta e suda maggiormente, come ad esempio schiena, pancia e inguine.

Le vesciche appaiono piene di una sostanza acquosa che tuttavia non provoca prurito o bruciore.

Sarebbe opportuno spogliare il bambino e tenerlo in un luogo fresco e ventilato, riducendo il più possibile la produzione di sudore.

È consigliabile, tuttavia, l'utilizzo di creme come la pasta all'acqua perché composte da un impasto di acqua, glicerina, talco e ossido di zinco, da applicare direttamente sulla zona interessata due volte al giorno per sette o dieci giorni circa.