

la pediatra in linea

Le domande più frequenti sulla salute del bambino

La nostra esperta

Dott.ssa Lucilla Ricottini

"Godere di buona salute è ben diverso dal non avere malattie! Significa anche 'sentirsi bene'. Per il medico non è più sufficiente curare, ma diventa indispensabile prevenire, informare, promuovere comportamenti sani e orientati al benessere. La medicina dal volto umano è inevitabilmente una medicina integrata".
www.lucillaricottini.it

Tosse nei bambini, quando preoccuparsi

Nella stagione fredda, la tosse rappresenta un fastidio piuttosto frequente nei piccoli, ma a seconda che sia secca, grassa o improvvisa può indicare problemi differenti...

A cura di
Paola Rinaldi



In collaborazione
con la

**Dott.ssa
Lucilla
Ricottini**

Medico chirurgo,
specialista in
pediatria e
neonatologia,
esperta in
omeopatia e
omotossicologia

Tipico malanno di stagione, **la tosse nei bambini è sempre fonte di preoccupazione per i genitori**, talvolta in maniera immotivata. Insieme allo starnuto, rappresenta un meccanismo di difesa attivato dall'organismo per espellere il muco in eccesso oppure polvere, fumo e corpi estranei penetrati nelle prime vie aeree. Nella nostra gola, infatti, nel punto dove il canale dell'aria e quello alimentare si separano, è presente una piccola valvola chiamata epiglottide, che permette al cibo di essere deglutito senza finire nelle vie aeree inferiori. Se qualcosa riesce a farla franca, i recettori situati lungo le vie respiratorie inviano un segnale al cervello, che ordina ai muscoli di comprimere l'aria ed espellerla violentemente per eliminare lo stimolo irritante. Sì, ma **come capire di quale "intruso" si tratta?**

COME RICONOSCERLA

A grandi linee, la tosse può essere:

- **secca.** C'è solo l'espulsione rumorosa di aria, senza secrezioni. Di solito, compare soprattutto di notte e rende difficile il sonno del bambino, che diventa irrequieto e nervoso. "Quando si manifesta in maniera piuttosto continua e prevale di giorno, di notte oppure in entrambe le fasce, può trattarsi di una manifestazione allergica", avverte la dottoressa Lucilla Ricottini. "In questo caso, è spesso presente un respiro sibilante, simile a un fischio".

IL CONSIGLIO IN PIÙ

In caso di tosse, è bene non far dormire il bambino completamente disteso, ma con la testa leggermente rialzata, mettendo un doppio cuscino: in questo modo, si mantengono più libere le vie respiratorie.

Se invece il disturbo è stizzoso, insistente e peggiora in posizione sdraiata, potrebbe trattarsi della sindrome da ipersensibilità dei recettori della tosse, spesso abbreviata in SIRT: nei bambini che ne soffrono, le terminazioni nervose presenti in gola, trachea e bronchi sono molto sensibili e si irritano facilmente. "Ma la tosse secca può essere caratterizzata anche da colpi brevi, continuativi e staccati fra loro: qui il sospetto è una polmonite, talvolta accompagnata da febbre o febbriola";

- **grassa.** È la classica tosse con catarro, che serve a smuovere il muco accumulato a livello di bronchi, polmoni o gola. "Le cause più frequenti sono rinosinusite, bronchite o broncopolmonite: nel primo caso, il catarro espulso è di colore giallo, segno di infezione batterica";

- **abbaiante.** Si riconosce perché produce un suono molto tipico, simile al verso della foca: è una tosse aspra e sonora, che nella maggior parte dei casi è causata da un'infiammazione della laringe, cioè l'ultimo tratto delle vie aeree superiori. "Può essere facilmente confusa con il laringospasmo, piuttosto frequente nei bambini e durante i periodi freddi, dove però il bambino emette un rantolo stridulo, che fa quasi pensare a un soffocamento", spiega la pediatra. "Quando invece la tosse abbaiente è metallica, il problema ha origine nella trachea, il 'tubo' che collega la laringe ai bronchi consentendo lo scambio dell'aria tra i polmoni e l'esterno";

- **improvvisa.** Esordisce senza alcun sintomo di accompagnamento e talvolta è accompagnata da altri segni respiratori, come una ridotta penetrazione dell'aria e sibili localizzati. Normalmente, è il segnale che indica un'ostruzione delle vie respiratorie perché il bambino ha ingoiato o inalato un corpo estraneo, uno degli incidenti domestici più frequenti in età pediatrica. "Questa tosse non va contrastata, perché serve a liberare il canale respiratorio. Diverso è il caso di un'ostruzione totale, che potrebbe condurre a soffocamento: in quel caso, è necessario intervenire subito con la manovra di Heimlich";

• **cronica.** Dura da almeno quattro settimane, causa disagio e influenza la qualità di vita dell'intera famiglia. Una tosse protratta può dipendere anche da patologie molto severe, come la fibrosi cistica o le bronchiectasie (una dilatazione permanente dei bronchi con distruzione della componente elastica e muscolare della parete). "Spesso è simile a una tosse grassa matura, che può essere scambiata per lo strascico di un evento infettivo: è bene non sottovalutarla, sottoponendo il bambino a un esame clinico accurato che non trascuri la valutazione di peso, statura, stato nutrizionale, eventuali segni di allergia e auscultazione del torace".

SEDARLA, SÌ O NO?

In commercio, **esiste un'infinita varietà di farmaci che promettono di dare sollievo:** mucolitici, sciroppi, aerosol, creme balsamiche, rimedi omeopatici. **Quali utilizzare?**

"Sotto l'anno di età sono indicati i lavaggi nasali, capaci di risolvere la classica tosse da raffreddore e prevenire le possibili complicanze dovute allo scolo del muco nella basse vie aeree: **la soluzione fisiologica va somministrata con il contagocce** oppure con una siringa dotata di riduttore per evitare un getto troppo intenso, che rischierebbe di spingere il muco verso le orecchie e provocare otiti catarrali". Può essere utile anche la somministrazione di liquidi caldi (ovviamente appropriati all'età), che aiutano catarro e secrezioni a sciogliersi più rapidamente ed esercitano un ottimo effetto emolliente sulla gola irritata. "L'importante è evitare l'aggiunta di miele fino ai 12 mesi compiuti, perché al suo interno si possono trovare spore di Clostridium botulinum, possibile causa di botulismo infantile", raccomanda la pediatra.

In generale poi, anche nei più grandicelli, sono sconsigliati farmaci mucolitici e sedativi della tosse, che nei bambini possono avere numerosi effetti collaterali, anche di tipo neurologico, mentre **sono ottimi rimedi alternativi lo sciroppo**

ATTENZIONE AI PIÙ PICCOLI

Sotto i 12 mesi, i bambini non hanno ancora sviluppato il riflesso della tosse: ciò significa che una malattia come la pertosse può essere molto pericolosa e creare apnee o vere crisi di soffocamento. L'unica protezione efficace è il vaccino e, nel frattempo, evitare il contatto con altri bambini che presentano tosse continua e pronunciata, soprattutto se privi della copertura vaccinale contro la pertosse.

di mais, il ribes nigrum (noto come "cortisone naturale" da usare due volte al giorno nella misura di una goccia per ogni chilo corporeo) e molti preparati omeopatici, opportunamente prescritti dal medico a seconda della tipologia di tosse. "Per gli allergici, si può ricorrere a un broncodilatatore somministrato sotto forma di aerosol, evitando però il cortisone che tende ad 'asciugare' eccessivamente le secrezioni, con il risultato di peggiorare la tosse anziché migliorarla. Unica eccezione è la laringite, che può essere trattata efficacemente con i cortisonici, seppure sia **sempre bene chiedere consiglio al proprio pediatra di riferimento**".