

Per i bambini con il fiato “corto”



Stefania Manetti*, Costantino Panza**, Antonella Brunelli***

*Pediatria di famiglia, Piano di Sorrento (Napoli); **Pediatria di famiglia, Sant'Ilario D'Enza (Reggio Emilia);

***UO di Pediatria e Consultorio familiare, Cesena, AUSL della Romagna

Filastrocca dell'aria

Vado girando col naso all'aria

Faccio discorsi campati in aria

Appena posso sto a pancia all'aria

Gioco a buttare le cose in aria

Se non ci sei, aria mi manchi

E gli occhi miei diventano tristi

Se sei viziata, aria mi stanchi

Ma se sei buona, grazie che esisti

Apro la bocca senza paura

Mi piaci fresca, mi piaci pura

Aria respiro e motore di vento

Aria accarezzami, che mi addormento.

SABRINA GIARRATANA

AMICA TERRA (2008)

L'asma è una malattia cronica dei bronchi, i tubicini di dimensioni varie che trasportano l'aria ai polmoni. Nei bambini asmatici questi tubicini si restringono e il loro rivestimento interno si gonfia, si infiamma e si irrita.

I bambini con asma possono avere diversi gradi di infiammazione nel corso del tempo, e i sintomi possono anche manifestarsi al contatto con particolari sostanze presenti in casa come la polvere, il pelo di alcuni animali come i gatti o i cani, le muffe, il fumo di sigaretta presente nell'ambiente domestico.

Ma non sono solo queste le sostanze che possono provocare asma, anche le infezioni virali, l'aria molto fredda e gli inquinanti presenti nell'aria possono aggravare l'infiammazione dei bronchi.

Cosa succede esattamente?

L'infiammazione provoca una iperreattività dei bronchi stessi che diventano cioè particolarmente sensibili e possono andare incontro a spasmi e “chiudersi”, provocando i sintomi dell'asma, come la difficoltà respiratoria per cui il bambino comincia ad affannare, il respiro diventa corto, c'è “fame di aria”, un senso di costrizione al torace, e una tosse secca e continua.

Chi si ammala di asma?

L'asma è una condizione frequente, circa il 10% dei bambini possono avere sintomi asmatici. La frequenza dell'asma è in aumento, le cause di questo aumento non si conoscono.

Studi recenti suggeriscono che molto incide la frequenza con cui un bambino è

esposto alle infezioni virali e al contatto con animali domestici. Sarebbe che i bambini che provengono da famiglie ampie, che sono a contatto con animali domestici e frequentano l'asilo nido fin dal primo anno di vita siano meno soggetti a sviluppare asma. Questo probabilmente perché la precoce esposizione agli allergeni comuni agisce come una piccola “vaccinazione” proteggendo il bambino dallo sviluppare l'asma. Anche alcune infezioni virali hanno un'azione protettiva in questo senso.

Come si cura l'asma?

Ci sono diversi farmaci per la cura dell'asma che hanno come obiettivo quello di ridurre l'infiammazione dei bronchi, i tubicini che trasportano l'aria.

Se e come iniziare una terapia in caso di asma è una valutazione che deve fare il pediatra.

A volte se si conoscono le situazioni che scatenano la crisi di asma si può prevenire riducendone l'esposizione, ma non sempre questo è possibile.

Come posso capire se il mio bambino soffre di asma?

Nei bambini molto piccoli può essere difficile diagnosticare un'asma. Spesso le infezioni virali come i raffreddori o le infezioni bronchiali possono manifestarsi con sintomi simili a quelli dell'asma: fischi, sibili e anche un po' di difficoltà nel respiro. In queste situazioni è difficile dire se il bambino ha segni precoci di asma o se i suoi sintomi sono legati a un'infezione virale. Tuttavia questi sintomi simil-asmatici tendono a regredire con la crescita dei bambini.

Mio figlio può guarire dall'asma?

In molte persone l'asma è una condizione che dura nel tempo, ma non tutti i bambini che soffrono di asma avranno l'asma da adulti. La causa di questo non è al momento conosciuta.

I sintomi dell'asma vanno e vengono, a fasi, e anche per lunghi periodi i bambini possono non avere sintomi. A volte, i sintomi scompaiono con la pubertà, anche se, quando questo succede, i bronchi rimangono sempre un po' sensibili ad alcune situazioni “trigger” che possono provocare i sintomi dell'asma.

Ci sono diversi gradi di asma?

L'asma è una condizione che può essere classificata come lieve, moderata o grave in base alla frequenza dei sintomi anche presenti in passato. L'esame clinico è importante, a volte il pediatra può ritenere utile un approfondimento per misurare la funzione polmonare con una spirometria o un misuratore di flusso. In caso di dubbio è sempre opportuno chiedere informazioni al proprio pediatra. È necessario considerare che il grado di asma nei bambini è mutevole, può cambiare nel tempo. È importante più del grado di asma, se lieve, moderato o severo, valutare come viene controllato l'asma in maniera da consentire una vita normale e una attività fisica regolare.

Nei bambini l'asma di grado severo è una condizione molto rara.

Un genitore cosa deve sapere e saper fare per l'asma del suo bambino?

I bambini che soffrono spesso di asma destano preoccupazioni. Un bambino che di notte si sveglia con una difficoltà nel respirare può scatenare giuste paure nei suoi genitori. A volte è anche difficile cercare di somministrare un farmaco in queste situazioni. Se l'asma è ricorrente è bene chiedere aiuto al proprio pediatra, preferibilmente quando il bambino sta bene, per poter ricevere adeguate informazioni sull'uso eventuale di farmaci da somministrare, con quali strumenti e con quale frequenza. I bambini con asma hanno diritto a una vita normale di relazioni, di gioco e di sport, in questo i genitori possono essere di grandissimo aiuto nel sostenere i bambini e nel ridurre le loro preoccupazioni.

Uno stile di vita sano, un ambiente privo di fumo e di sostanze potenzialmente scatenanti possono essere di grandissimo aiuto nella prevenzione dell'asma. Fin da piccoli i bambini imparano imitando i propri genitori, gli stili di vita futuri si stabiliscono nei primi anni di vita di un bambino e un genitore informato e capace di sostenere il bambino nella sua crescita è parte della terapia di una condizione come l'asma e di tutte le malattie croniche.

Il pediatra è un grande alleato nel percorso di cura, rivolgetevi a lui/lei in caso di dubbio.

✉ doc.manetti@gmail.com