



## Tosse, tosse e ancora tosse

Perché il mio bambino tossisce? Ha bisogno di assistenza medica? Questa scheda informativa sulle malattie respiratorie nei neonati e nei bambini di età inferiore ai tre anni intende rispondere a queste e ad altre domande.

Tutti i bambini a volte si ammalano e tossiscono. Nella maggior parte dei casi la tosse non rappresenta un pericolo.

Tuttavia, i neonati e i bambini più piccoli possono essere interessati anche da forme più gravi di tosse, respirazione sibilante o dispnea.

### Malattie delle vie respiratorie superiori

Le malattie delle vie respiratorie superiori comprendono il raffreddore, la faringite e il croup (noto anche come «falso croup» o «pseudocroup»). Queste malattie sono spesso causate da virus del raffreddore, che si trasmettono tramite goccioline. I sintomi più comuni sono febbre, naso che cola e mal di gola. Il croup può anche provocare dispnea e stridore respiratorio. Aiutate il bambino a stare seduto e fate in modo che respiri aria umidificata (per esempio utilizzando un umidificatore o con un bagno di vapore). Spesso questi accorgimenti

alleviano il fastidio. Se la respirazione affannosa persiste o se il bambino ha difficoltà a deglutire, è necessario rivolgersi al/la pediatra.

### Malattie delle vie respiratorie inferiori

I virus influenzali possono anche infettare le vie respiratorie inferiori (bronchi = vie aeree nei polmoni) e provocare bronchiti. Se sono interessate anche le vie aeree più piccole, si parla di bronchiolite.

L'infezione virale irrita la mucosa, che si infiamma e inizia a secernere muco. Il bambino tossisce. In caso di infiammazione grave, le fibre muscolari delle pareti delle vie aeree si contraggono e la mucosa si gonfia,

provocando il restringimento delle vie aeree. Il bambino mostra una respirazione affannosa e (soprattutto durante l'espirazione) sibilante.

### Livello di gravità delle malattie respiratorie

Gran parte delle forme di di tosse comune è innocua e i sintomi scompaiono spontaneamente dopo circa due-quattro settimane. Se i sintomi persistono per un periodo di tempo più lungo o se il decorso è moderato o grave (vedi classificazione di seguito), è necessario un approfondimento medico.

- **Lieve:** il bambino tossisce ma non ha problemi a giocare, bere o dormire.
- **Moderata:** durante la notte, il bambino si sveglia a causa della tosse o della difficoltà nel respirare. Non riesce a giocare senza tossire o rimanere senza fiato e fa fatica a bere.
- **Grave:** il bambino è irrequieto, non riesce più a dormire, ha difficoltà a respirare quando beve o mentre parla. Le labbra possono assumere un aspetto bluastrò.

Anche altre sostanze irritanti, come gli allergeni, possono provocare un restringimento delle vie aeree. Questo tipo di malattia delle vie respiratorie è definito asma bronchiale o asma allergica

*Per maggiori informazioni sulle malattie polmonari e delle vie respiratorie nei bambini, consultate: [www.legapolmonare.ch/malattie-polmonari-bambini](http://www.legapolmonare.ch/malattie-polmonari-bambini)*

### Fattori di rischio

Alcuni studi hanno dimostrato che determinati fattori favoriscono l'insorgenza di malattie respiratorie moderate e gravi nei neonati e nei bambini di età inferiore ai tre anni:

- **Fumo:** se la madre fuma durante la gravidanza, le vie respiratorie del feto potrebbero non svilupparsi correttamente. Inoltre, i bambini che abitano insieme a fumatori hanno maggiori probabilità di soffrire di malattie respiratorie.
- **Inquinamento dell'aria:** il forte inquinamento atmosferico ostacola la funzione polmonare e la crescita dei polmoni nei bambini.
- **Nascita pretermine:** nei primi anni di vita, i bambini nati prematuri hanno più problemi respiratori rispetto ai nati a termine, in particolare se sono stati ventilati artificialmente o hanno avuto bisogno di ossigeno per un periodo di tempo prolungato.
- **Predisposizione alle allergie:** uno dei fattori più determinanti in questo contesto è la predisposizione



innata o ereditaria del bambino alle allergie. In questo caso, il corpo del bambino reagisce alle sostanze ambientali presenti in natura con un'inflammatione eccessiva della pelle o delle mucose. I bambini i cui familiari soffrono già di malattie allergiche hanno una maggiore predisposizione alle allergie. Le malattie allergiche che colpiscono le vie respiratorie sono il raffreddore da fieno e l'asma. I più comuni fattori scatenanti delle allergie sono il polline, il pelo degli animali, gli acari della polvere e alcuni alimenti, come il latte vaccino, le uova, la frutta a guscio o gli agrumi. Adottare misure di prevenzione può aiutare a tenere gli allergeni il più lontano possibile dal bambino.

### Il mio bambino soffre di asma allergica?

Spesso è molto difficile diagnosticare l'asma allergica nei primi tre anni di vita, perché di frequente le analisi del sangue e i test cutanei condotti su bambini piccoli non evidenziano allergie.

Tuttavia, i seguenti fattori potrebbero indicare la presenza di asma in un bambino piccolo:

- altri membri della famiglia soffrono di malattie allergiche;
- oltre a tosse e respirazione affannosa, il bambino presenta anche eczema, febbre da fieno, infiammazione intestinale di natura allergica o congiuntivite;
- gli episodi di tosse sono molto

frequenti. Il bambino si ammala di continuo. È privo di sintomi solo per brevi periodi. I problemi respiratori non si risolvono con la crescita.

- il bambino quasi non aumenta di peso e cresce poco;
- i genitori rilevano alcuni fattori scatenanti collegati ai problemi respiratori del bambino.

### Per maggiori informazioni

su allergie e allergeni, consultate il sito web del Centro Allergie Svizzera (aha): [www.aha.ch](http://www.aha.ch)

### Possibili terapie

Il trattamento della tosse varia a seconda della causa e della gravità della malattia.

### Terapia inalatoria

Le malattie respiratorie caratterizzate da dispnea, respirazione sibilante e restringimento delle vie aeree, come l'asma nella prima infanzia, richiedono una terapia inalatoria adeguata.

In generale, esistono due tipologie di farmaci per l'inalazione: quelli che dilatano le vie aeree e quelli che combattono l'inflammatione delle vie aeree inferiori.



Le posizioni illustrate aiutano il bambino a respirare in caso di dispnea.

L'efficacia della terapia inalatoria dipende principalmente da tre fattori:

- il bambino deve inspirare correttamente, in modo che la maggior quantità possibile di farmaco raggiunga i polmoni;
- la terapia deve essere seguita con regolarità. I farmaci antinfiammatori agiscono molto lentamente e solo se vengono inalati regolarmente per diverse settimane;
- il dosaggio del farmaco deve essere corretto. Nei neonati non sempre è facile determinare il giusto dosaggio e spesso è necessario un approccio graduale, per cui è fondamentale la collaborazione tra medico e genitori.

### La diffidenza verso il cortisone

Alcuni genitori hanno delle riserve nel somministrare ai propri figli farmaci contenenti cortisone. Questi timori sono un retaggio

dell'epoca in cui il cortisone doveva ancora essere assunto sotto forma di compresse per l'asma. Tuttavia, l'inalazione consente al cortisone di arrivare esattamente dove serve, quindi la dose necessaria è nettamente inferiore rispetto a quella richiesta precedentemente con le compresse.

### Dispositivi per l'inalazione

Esistono due tipi di dispositivi per l'inalazione adatti ai neonati e ai bambini in età prescolare:

- Negli inalatori per liquidi, i farmaci vengono sciolti in un liquido. Il dispositivo spruzza questa miscela liquida, che viene poi inalata attraverso una maschera.
- I nebulizzatori sono sistemi di inalazione che, quando viene premuto il pulsante spray, rilasciano un principio attivo sotto forma di piccole goccioline, che vengono inalate dalle persone colpite. Affinché il

principio attivo raggiunga i polmoni, per i bambini è necessario un distanziatore in cui viene distribuito il principio attivo.



### Rimedi alternativi e di supporto

Circa un terzo delle persone colpite da malattie respiratorie ricorre anche a rimedi alternativi e di supporto. È importante che i genitori informino il medico curante di tutti gli ulteriori rimedi adottati, per evitare malintesi o terapie inadeguate

### Cosa offre la Lega polmonare svizzera

La Lega polmonare svizzera mette a disposizione diverse modalità di sostegno:

- In caso di domande generali sulla malattia, i referenti specializzati della vostra Lega polmonare cantonale saranno lieti di fornirvi informazioni per telefono. Vi ricordiamo che l'assistenza telefonica non sostituisce in alcun modo la consulenza medica. [www.legapolmonare.ch/cantoni](http://www.legapolmonare.ch/cantoni)
- In presenza di una prescrizione medica, gli specialisti della Lega polmonare potranno offrire una consulenza e un'assistenza competente e completa a voi e al vostro bambino, aiutandovi a integrare la terapia nella vita quotidiana.
- Le leghe cantonali propongono diversi corsi per i bambini affetti da malattie delle vie respiratorie. [www.legapolmonare.ch/corsi](http://www.legapolmonare.ch/corsi)
- Sul sito web della Lega polmonare potete trovare informazioni complete sull'asma, compresi undici video didattici che aiutano i bambini colpiti a gestire meglio la malattia. [www.legapolmonare.ch/asma](http://www.legapolmonare.ch/asma)