

Consigli ai genitori



# L'ASMA BRONCHIALE



## Che cos'è

L'asma è una **malattia infiammatoria cronica dei bronchi**, caratterizzata da respiro sibilante e a volte faticoso. Rappresenta la più frequente malattia cronica dell'infanzia e negli ultimi anni la sua prevalenza, specie nei bambini, sembra in ulteriore crescita, sia nei paesi industrializzati che in quelli in via di sviluppo. Solo in Italia questa patologia – caratterizzata dall'infiammazione e dal restringimento dei bronchi – colpisce circa il 10% dei bambini. Ma l'asma non deve impedire ai bambini di avere una vita senza svago e socializzazione. In età prescolare è molto frequente riscontrare il respiro sibilante, anche nei bambini non allergici (fino al 40-50% dei bambini sotto i sei anni), ma con i classici disturbi del raffreddore; quando gli episodi di ostruzione bronchiale e di sibili espiratori continuano o iniziano dopo i 5 anni di età e si manifestano anche al di fuori dei raffreddori (ad es. durante lo sforzo o in ambienti polverosi), si può parlare di una vera e propria asma bronchiale che, nella grande maggioranza dei casi, è di origine allergica.

## Come si manifesta

In genere il bambino comincia a presentare una tosse secca e stizzosa, a riposo o durante il gioco o la corsa. In alcuni casi la sintomatologia è marcata a causa dello spasmo dei bronchi, si percepiscono fischi e sibili durante l'espirazione dell'aria e il bambino avverte difficoltà respiratoria. I sintomi classici sono: tosse, respiro sibilante, difficoltà respiratoria, sensazione di costrizione toracica.

## Quali sono le cause

Le principali cause di asma sono:

- **Sensibilizzazione allergica a polvere**, muffe, pelo di alcuni animali (gatto, cane, cavallo), pollini, graminacee, parietaria, olivo
- **Infezioni**, soprattutto nei bimbi più piccoli: le infezioni, in particolare quelle virali, sono la causa principale di asma nei primi anni di vita. La maggior parte dei bambini asmatici presenta i sintomi prevalentemente durante il periodo autunnale e invernale, quando la diffusione delle infezioni delle vie respiratorie è particolarmente elevata;
- **Condizioni ambientali avverse**: i bambini che frequentano ambienti particolarmente inquinati, non puliti, polverosi, o che hanno uno o entrambi i genitori fumatori, sono maggiormente esposti all'asma;
- **L'attività fisica**: più della metà dei bambini sofferenti di asma bronchiale può presentare tosse o affanno durante l'attività fisica (asma da sforzo). Il bambino affetto da asma da sforzo non ha controindicazioni a eseguire l'attività sportiva: in molti casi è sufficiente raggiungere un buon controllo dei sintomi asmatici per ottenere la scomparsa della tosse da sforzo. Esistono inoltre farmaci che, somministrati alcuni minuti prima dell'attività fisica, consentono un idoneo controllo dell'asma da sforzo.

## Come si cura?

Se il vostro bambino ha l'asma bronchiale deve essere seguito dal pediatra; a seconda della condizione, può avere bisogno di cure in caso di crisi acuta di respiro: ricordate che dovete conoscere questi farmaci per usarli correttamente "al bisogno", oppure anche di terapia continuativa antinfiammatoria ("terapia di fondo") per mantenere il controllo dell'asma se il problema è persistente o ricorrente (presenza di asma per più giorni o più notti a settimana). Appena sospettate che il bambino sia fuori controllo occorre ricorrere immediatamente alla 'terapia al bisogno': è una cura basata sui broncodilatatori a breve durata d'azione da prendere subito. Questo intervento è eventualmente associato al cortisone per

bocca, come dal piano terapeutico personalizzato per le urgenze che il pediatra dovrebbe lasciare a voi genitori. Saper gestire l'attacco acuto può evitare il peggioramento della crisi e consente di accedere al medico o al Pronto Soccorso avendo già impostato una terapia. I farmaci per l'asma spesso vengono prescritti per inalazione: è importante conoscere l'uso di distanziatori per soluzioni spray e dell'aerosol per le fiale e gocce, per l'esecuzione della corretta terapia. Spesso alcuni errori di somministrazione sono la causa di insuccesso della terapia antiastmatica, particolarmente in età prescolare. Ricordate che la gestione in collaborazione col medico è essenziale per il mantenimento del controllo dell'asma e ridurre il rischio di riacutizzazioni.

### Chiamate il pediatra con **URGENZA** se



- respiro affannoso
- difficoltà respiratoria o respiri frequenti, veloci, con colpi di tosse secca
- colorito scuro o labbra bluastre
- bambino affranto, che non riesce a mangiare, con febbre e tosse
- scarsa assunzione di liquidi, diminuzione della minzione
- persistenza dell'affanno respiratorio per più di 8-10 ore
- presenza di sibili espiratori nonostante il trattamento indicato dal medico
- vomito delle medicine
- saturazione di ossigeno sotto il 92% o drastica riduzione del Picco di Flusso espiratorio

### CONSIGLI altri interventi



Garantite a vostro figlio uno **stile di vita sano**: modificare lo stile di vita significa essere attivi nel cambiare comportamenti a rischio, come la sedentarietà o l'**esposizione al fumo**; è importante il controllo ambientale, in base al tipo di causa che può scatenare l'asma nel bambino, ad esempio: alimenti, contatto con animali domestici (cane, gatto, cavallo); condizioni dell'ambiente interno (umidità/muffe, fumo di sigarette, vernici, odori forti); o esterno (pollini, condizioni climatiche, inquinamento), infezioni. È importante evitarli e prevenirli, per ridurre il rischio di riacutizzazioni. Il bambino asmatico può praticare l'attività sportiva che preferisce attivando comportamenti di prevenzione (ad esempio: premedicazione con broncodilatatore a breve durata di azione per la prevenzione della bronco-ostruzione indotta da esercizio fisico). Lo stile di vita sano comprende anche una corretta alimentazione e l'assunzione di frutta e verdura ricche in vitamine e minerali, come la vitamina C, la vitamina D e lo zinco, valido supporto per il sistema immunitario dei più piccoli.

### Chiamate il pediatra in **GIORNATA** se



- vostro figlio inizia ad avere raffreddore o una infezione delle prime vie respiratorie e sapete che è soggetto a crisi di asma
- avete iniziato la terapia dell'accesso d'asma secondo lo schema rilasciato dal pediatra e non c'è miglioramento o addirittura c'è peggioramento
- vi sembra che il bambino comunque peggiori
- siete molto preoccupati



a cura del Dott. Leo Venturelli, pediatra

Con il contributo  
non condizionante di:



Con il Patrocinio di:

