



â??Ottobre mese della tosse, ma non Ã" il freddo che fa ammalare i bimbiâ?•. I consigli del pediatra

Descrizione

(Adnkronos) â?? â??Ottobre per i bambi Ã" il mese della tosse. PerchÃ© Ã" il mese in cui si ha una maggiore circolazione di virus parainflenzali â?? in questo periodo rappresentano circa il 28% dei casi di infezioni respiratorie â?? virus che spessissimo hanno questo come sintomo caratteristico, insieme a raffreddore, raucedine e congiuntivite. Per fare un paragone, a novembre la quota di virus parainflenzali scenderÃ a circa il 15% dei casi e a dicembre si attesterÃ piÃ¹ o meno intorno al 18% per poi scendere nella restante parte dellâ??invernoâ?•. Eâ?? lâ??analisi del pediatra Italo Farnetani, che rassicura i genitori (â??la tosse non deve allarmareâ?•) e puntualizza: â??Non Ã" il freddo a far ammalare i bambini, ma il fatto che quando scendono le temperature si tende a stare in ambienti chiusi, con porte e finestre serrate. Ambienti dove Ã" piÃ¹ facile il contagioâ?•. Dunque â??niente allarme per lâ??onda di freddo che si sta abbattendo sullâ??Italia. Non saranno le basse temperature ad agire contro la salute dei piccoli. E seguendo alcune semplici regole si possono abbattere i rischiâ?•, evidenzia allâ??Adnkronos Salute.

Anche la febbre il piÃ¹ delle volte Ã" un segnale che siamo di fronte alla presenza di un virus. I genitori non si allarmino troppoâ?•. Il primo consiglio? â??Cercate di tenere i bambini allâ??aria aperta, almeno nelle ore centrali della giornata in cui le temperature sono piÃ¹ miti. I parchi pubblici sono una grande risorsa, lontano dai semafori dove si concentra lâ??inquinamento da traffico nei momenti di â??stop and goâ??. Un altro vantaggio Ã" che possono stare insieme ai coetanei immersi nel verde e guadagnare anche importanti occasioni di socializzazioneâ?•.

Quando invece si deve stare in ambienti al chiuso la raccomandazione di Farnetani Ã" di â??tenere, anche se Ã" freddo, le finestre aperte almeno 45 minuti al giorno perchÃ© lâ??aria fredda umidifica lâ??ambiente e facilita lâ??abbattimento al suolo delle particelle di polvere carichi di agenti infettanti. Lâ??altro insegnamento per affrontare nel modo migliore possibile lâ??autunno e lâ??inverno Ã" di lavarsi le mani. La raccomandazione diventata un mantra durante la pandemia di Covid Ã" sempre valida. Le mani vengono spesso sottovalutate come veicolo di infezione e invece sono il principale. Il contagio passa spesso proprio da quiâ?•.

Sport e freddo possono convivere? «Nessun problema su questo: i bambini devono stare ugualmente fuori e fare attività fisica», assicura Farnetani.

Quanto alla tosse, va considerata un fatto normale. Si dice che un bambino, nei primi 6 anni di vita, può arrivare a tossire complessivamente fino a 100 giorni, che sono quasi tre mesi e mezzo, senza che questo debba allarmare. Il rischio che una brutta tosse sia indicativa di una polmonite ci può essere, ma sarà il medico a fare la diagnosi. Il medico sa quando si deve sospettare questa ipotesi ed è necessario approfondire per avere una conferma radiografica.

Consigli pratici per gestire la tosse? Far bere il bambino suggerisce il pediatra perché l'acqua, e in generale i liquidi hanno un'attività mucolitica. Non consiglio sciroppi, e comunque è bene non darli di propria iniziativa ma solo su consiglio del medico. Evitare, poi, anche profumi intensi che potrebbero evocare broncospasmo. Quel che è importante è tenere umidificato l'ambiente, anche mettendo degli asciugamani bagnati sopra il calorifero, nella stanza in cui dorme il bambino, in maniera da evitare che si secchi l'aria e da amplificare l'umidificazione, utile a custodire il film che riveste l'apparato respiratorio. Di notte il bambino potrebbe svegliarsi e sentire una sensazione di mancanza d'aria, è una reazione che si lega proprio a un'infiammazione particolare delle prime vie aeree. In queste situazioni, episodi di laringospasmo, si può portare il piccolo in bagno e, aprendo i rubinetti dell'acqua calda, saturare l'aria di vapore acqueo per dargli sollievo.

?

cronaca

webinfo@adnkronos.com (Web Info)

Categoria

1. Salute

Tag

1. sal

Data di creazione

Ottobre 4, 2025

Autore

redazione