



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 bimbi Ã il mese della tosse. PerchÃ© Ã il mese in cui si ha una maggiore circolazione di virus parainfluenzali 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 parainfluenzali 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??ondata 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 cariche 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? â??Nessun problema su questo: i bambini devono stare ugualmente fuori e fare attivit  fisica •, assicura Farnetani.

Quanto alla tosse, va considerata â??un fatto normale. Si dice che un bambino, nei primi 6 anni di vita, pu  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 pu  essere, ma sar  il medico a fare la diagnosi. Il medico sa quando si deve sospettare questa ipotesi ed   necessario approfondire per avere una conferma radiografica •.

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

â??

cronaca

webinfo@adnkronos.com (Web Info)

## Categoria

1. Salute

## Tag

1. sal

## Data di creazione

Ottobre 4, 2025

## Autore

redazione