

http://sport.sky.it/sport/ritratto_della_salute/

BAMBINI STANCHI E INAPPETENTI? È COLPA DELL'INFLUENZA ESTIVA



È meno frequente di quella invernale, ma anche più difficile da diagnosticare. Inappetenza, spossatezza e tosse secca sono i sintomi più frequenti. Ecco i consigli degli esperti della Società Italiana per le Malattie Respiratorie Infantili

Il tuo bambino in questi giorni è più stanco del solito, ha poco appetito e magari qualche linea di febbre? Forse il motivo è la cosiddetta "influenza estiva", meno frequente di quella invernale ma in genere più subdola e difficile da diagnosticare. "Le alterazioni di temperatura spesso sono meno evidenti e questo fa sì che siano difficili da individuare" afferma il prof. Renato Cutrera presidente nazionale della Società Italiana per le Malattie Respiratorie Infantili (SIMRI) - Quello che contraddistingue le sindromi influenzali estive, siano esse batteriche o virali, sono inappetenza, spossatezza e tosse secca. I sintomi collaterali, come mal di gola e raffreddore sono presenti in forme più blande o assenti. Questo fa sì che passino facilmente inosservate e i genitori siano, appunto, facilmente ingannati. Il ritardo nella diagnosi bisogna fare attenzione perché possono comunque avere complicanze gravi e degenerare nelle cosiddette "polmoniti coperte" ovvero con sintomatologia attenuata".

Come rimediare? Ecco i consigli della SIMRI per combattere l'influenza estiva.

Attenzione all'ria condizionata: uno dei principali responsabili della malattia è l'uso scorretto del climatizzatore in casa o sull'automobile. La temperatura giusta dovrebbe essere di 4-5 gradi

inferiore a quella esterna. Il flusso freddo diretto e l'eccessiva deumidificazione producono una reazione naturale delle mucose che si seccano, diventando più infiammabili e più sensibili agli attacchi dei batteri. E' importante quindi bere molto contro laringiti e faringiti anche se si sta al chiuso in ambienti con aria refrigerata

Tenere il bimbo lontano dal fumo passivo: respirare le sigarette altrui indebolisce il sistema immunitario generale e locale. Inoltre ostacola il sistema di depurazione dell'aria attraverso naso trachea e bronchi

Prestate attenzione durante i viaggi: sono da evitare gli spostamenti che prevedono bruschi cambiamenti climatici. Quando invece vi spostate verso località di villeggiatura, bisogna fare attenzione alle escursioni termiche nei luoghi di arrivo, assicurandosi il giusto abbigliamento. Ma prestate attenzione anche alle temperature all'interno di treno, macchina o aereo, spesso troppo basse. "Se comunque si intende affrontare un viaggio lungo, è preferibile scegliere l'auto, specie se si hanno bimbi molto piccoli. Aerei e treni infatti - conclude Cutrera - costringono a stare a lungo a contatto con persone che possono essere infettate".