

Asma nella popolazione infantile

Laura Villa

Il recente "Congresso nazionale della pneumologia - UIP 2010" ha visto al centro del dibattito il progressivo incremento di asma nei bambini e negli adolescenti. Tra le cause fattori ambientali ed errati stili di vita uniti alla vulnerabilità della popolazione in età pediatrica

Negli ultimi anni la prevalenza dell'asma, soprattutto nella popolazione giovanile e a partire dalla prima infanzia, appare in ulteriore crescita, sia nei Paesi industrializzati sia nelle aree in via di sviluppo. Anche i dati italiani evidenziano un aumento di prevalenza tra i bambini, che si attesta intorno al 10% (contro il 2.3% degli anni 70) vs il 5.3% negli adulti. Questo allarmante trend negativo è stato oggetto di discussione scientifica nel corso del recente "Congresso Nazionale della Pneumologia - UIP 2010" di Milano, promosso dalla Società Italiana di Medicina Respiratoria.

■ Ipotesi igienica

In particolare gli esperti hanno evidenziato che i trend di incremento dell'asma sono andati di pari passo con i tempi dello sviluppo industriale ed economico di ciascun specifico Paese. Questo stretto parallelismo ha indotto a ricercare le cause - soprattutto nelle nuove generazioni - in alcuni fattori legati allo sviluppo. Un'ipotesi affascinante tuttora allo studio è l'"ipotesi igienica", che sostiene uno spostamento dell'assetto immunitario dalla risposta difensiva alle infezioni verso la risposta allergica nei bambini che non vengono più a contatto con esposizioni microbiche infettive, come succedeva un tempo, in particolar modo nelle campagne.

Lo spostamento dall'ambiente rurale a quello cittadino, le modificate abitudini di vita e alimentari, la riduzione del numero di figli e la conseguente mancanza di una crescita a contatto con i propri fratelli e con animali domestici, l'esposizione a numerosi nuovi allergeni e all'inquinamento ambientale e domestico, il fumo, che sembra avere ripreso piede nelle giovani generazioni, potrebbero determinare un condi-

zionamento del sistema immunitario e la sensibilizzazione allergica addirittura in utero e nelle prime fasi di vita.

■ Prevenzione nelle nuove generazioni

È stato ricordato che nella popolazione infantile i danni sullo sviluppo e sulla funzione polmonare sono precoci e cumulativi. Per questo bisognerebbe eliminare i fattori di rischio legati agli stili di vita, che possono avere effetti negativi sulla respirazione. Con l'obiettivo di contrastare quelli più frequentemente associati alle malattie respiratorie, i pneumologi hanno fornito alcuni consigli utili di tipo comportamentale.

> **Fattori ambientali (outdoor/indoor)**

L'esposizione all'inquinamento atmosferico, sicuramente tra i più pericolosi fattori di rischio, non è una scelta di vita: è un'esposizione ambientale involontaria e onnipresente, purtroppo non facilmente gestibile, anche se è noto che gli inquinanti atmosferici sono associati a un maggior numero di sintomi di asma nei bambini, bronchioliti severe, riduzione della funzione polmonare, aumento di allergie. Bisognerebbe quindi:

- evitare l'attività all'aperto nei giorni e nelle ore di picco degli inquinanti atmosferici da traffico;
- tenere i bambini piccoli in braccio quando ci si trova nel traffico per farli respirare il più possibile in alto;
- risanare gli ambienti indoor da muffe e/o sostanze chimiche.

> **Fumo** - Durante la gravidanza e nel periodo post-natale il fumo altera la funzione polmonare, riduce crescita/ sviluppo polmonare e aumenta il rischio di asma; esiste una relazione tra fumo passivo e insorgenza di malattie delle basse vie respiratorie. Negli adolescenti fumatori, così come negli asmatici adulti, il fumo riduce l'effica-

cia della terapia corticosteroidica inalatoria. Bisogna pertanto:

- limitare il fumo dei genitori e delle persone che si prendono cura del bambino;
- ricordare che una sigaretta fumata in una stanza di 12 mq eleva la concentrazione di PM10 a 750/800 mcg/m³ di aria, 15/20 volte tanto la soglia atmosferica consentita (50 mcg/m³).

> **Dieta** - Nel corso della gravidanza la dieta materna può influenzare lo sviluppo polmonare del feto in utero (per esempio un ridotto introito di vitamina D può influire negativamente). È importante tenere sotto controllo il peso nei bambini. In particolare frutta e verdura mantengono al massimo dell'efficienza i sistemi di difesa dai danni ossidativi provocati da radicali liberi. La dieta ricca in antiossidanti e vitamina E appare associata ad un ridotto rischio di asma bronchiale ed è inversamente associata alla presenza di sibili nei primi anni di vita del bambino (2-5 anni). L'obesità genera maggior rischio di asma nella popolazione infantile, poiché altera la normale capacità della gabbia toracica e del polmone di dilatarsi correttamente, provocando ripercussioni anche sull'albero bronchiale con maggiore tendenza all'ostruzione bronchiale stessa.

> **Sport** - È importante praticare attività fisica per tenere sotto controllo il peso e favorire le funzioni respiratorie. Tra gli sport, il nuoto appare in grado di migliorare la funzione polmonare e ridurre il rischio di presenza di sintomi asmatici soprattutto tra i bambini con precedenti alterazioni respiratorie (*Am J Respir Crit Care Med* 2010, doi: 10.1164/rccm.201005-0761OC). Il nuoto inoltre favorisce un'armonica attività muscolare con obbligo a un training di sincronizzazione degli atti respiratori.

In www.mdwebtv.it sono disponibili videointerviste di approfondimento sull'argomento.