PRO E CONTRO

Aveva ragione la nonna

Per la tosse meglio un po' di miele delle medicine

a una brutta tosse. Così comincia una buona parte delle telefonate che ricevo in questi giorni dalle mamme dei miei pazienti. *Una brutta tosse*; come se ce ne fosse anche una *bella*, e magari una *così e così*. La tosse: fa tanta paura e dà tanto fastidio, però in fondo è solo un meccanismo naturale (e indispensabile) per tenere sgombre le vie respiratorie e liberarle da microrganismi e secrezioni. Ma non possiamo negare che in certi casi uno vorrebbe proprio non averla, soprattutto se si tratta di un bambino piccolo, che tossisce tutto il giorno o, per questo motivo, non riesce a prendere sonno. Ecco il perché delle telefonate.

Ma non è di questo che voglio parlare, bensì di un articolo pubblicato su un'importante rivista medica americana, Archives of Pediatrics & Adolescent Medicine, un articolo così interessante che il Bollettino di Informazione sui Farmaci, portavoce ufficiale dell'Agenzia Italiana del Farmaco (cioè del Ministero della Salute), ha deciso di pubblicarne un riassunto sul numero di marzo/aprile di quest'anno (www.agenziafarmaco.it/INFO_SPER_RIC/bollettino2 08 002.html).

🦰 i tratta di un esperimento condotto con criteri rigorosamente scientifici: un gruppo di 105 bambini di età compresa fra 2 e 18 anni, con tosse da infezione delle alte vie respiratorie e naso che cola da non più di 7 giorni, sono assegnati a caso a tre gruppi. La prima notte nessuno dei bambini appartenenti ai tre gruppi ha ricevuto alcun trattamento; la seconda notte 35 bambini (primo gruppo) hanno ricevuto una singola dose notturna di miele. 33 (secondo gruppo) una singola dose di destrometorfano (calmante della tosse contenuto in numerose preparazioni pediatriche) con gusto al miele, mentre 37 (terzogruppo) non hanno ricevuto nessun trattamento. I 68 bambini che hanno ricevuto qualcosa (miele o farmaco con sapore di miele), e i loro genitori, non sapevano se stavano assumendo il miele o il farmaco; anche i ricercatori che hanno elaborato i dati emersi dallo studio non sapevano quali bambini avessero preso il farmaco e quali il miele (doppio cieco). Ai genitori veniva richiesto di registrare l'andamento della tosse notturna dei loro figli e la qualità del sonno dei bambini e di loro stessi durante la seconda notte.

analisi delle risposte dei genitori ha dimostrato che il trattamento più efficace per ridurre la tosse era proprio il miele: i 35 bambini che avevano assunto questo dolce rimedio hanno avuto meno tosse non solo di quelli che non hanno assunto nulla, ma anche di quelli che hanno assunto il destrometorfano. Ripetendo l'esperimento per le notti successive si è visto che, con l'aumentare della durata della malattia, l'efficacia del trattamento con il miele aumentava, mentre l'efficacia del destrometorfano diminuiva. Si sono anche verificati degli effetti collaterali: 5 bambini trattati con il miele e 2 con il destrometorfano hanno avuto lieve iperattività, nervosismo o insonnia. In conclusione, dovendo scegliere se calmare la tosse notturna di un bambino con il miele o con uno sciroppo sedativo, conviene la prima soluzione; con una sola eccezione: i bambini sotto l'anno di età, ai quali è meglio non dare miele perché potrebbe contenere le spore del "botulino", un germe che produce una pericolosa tossina e che viene immediatamente distrutto dai succhi gastrici di bambini superiori a un anno e adulti.

■ direttore@uppa.it

Vincenzo Calia

Pediatra di famiglia, Roma



RCT - RANDOMIZED CONTROLLED TRIAL

