

*Il ruolo dei genitori è molto importante, perché se si affronta la situazione nel modo sbagliato l'autostima del figlio potrebbe risentirne. I bambini con enuresi non vanno colpevolizzati*



Milano, 27 maggio 2019 - L'enuresi notturna, cioè l'emissione involontaria di urina nel sonno, è un disturbo molto comune nell'infanzia: infatti, interessa circa il 15% dei bambini fra i 5 e i 6 anni. Nonostante spesso si verifichi una regressione spontanea, comunque ne soffre il 5% dei bimbi di 10 anni e lo 0,5%-1% degli adulti. Anche per questi motivi, il problema non va sottovalutato. Proprio per sensibilizzare l'opinione pubblica su tale disturbo, il prossimo 28 maggio si celebrerà la Giornata Mondiale dell'Enuresi.

Di enuresi si può iniziare a parlare dai 5-6 anni, quando l'apparato urinario è ormai maturo. “Diversamente da quel che ancora oggi qualcuno crede, l'origine del disturbo non è psicologica. Al contrario, è l'enuresi che può avere ripercussioni sulla psiche del piccolo. Le cause alla base del problema sono varie, in primo luogo un sonno pesante o disturbato, che non fa svegliare il piccolo in tempo per andare a fare la pipì. Altre cause possono essere la ridotta produzione dell'ormone antidiuretico (ADH) durante la notte e una vescica più piccola della norma, pur nel quadro di un apparato urinario senza problemi”, spiega la dottoressa Rita Caruso, responsabile dell'Ambulatorio Enuresi e dirigente medico dell'Unità Operativa di Pediatria dell'Ospedale Bassini di Cinisello Balsamo (Asst Nord Milano).



Dott.ssa Rita Caruso

Si è soliti distinguere l'enuresi in primaria e secondaria. Quest'ultima si manifesta dopo un periodo di almeno 6 mesi in cui il bambino non ha bagnato il letto. Nella forma primaria, invece, il bimbo fa la pipì a letto quasi ogni notte da quando toglie il pannolino. Si può inoltre fare distinzione fra enuresi monosintomatica, il cui unico sintomo è, appunto, la pipì a letto, ed enuresi non monosintomatica, che si manifesta anche con tante minzioni durante il giorno, spesso caratterizzate da urgenza, e problemi d'incontinenza diurni (gocce di urina nelle mutandine).

Per affrontare il problema è fondamentale rivolgersi al pediatra. Infatti, è proprio questo specialista che, dopo aver visitato il piccolo, fornisce innanzitutto ai genitori alcuni consigli comportamentali per il figlio, quali:

- fare la pipì prima di dormire;
- bere adeguatamente durante il giorno, così da non trovarsi a dover assumere tanta acqua prima di dormire;
- limitare a cena il consumo di cibi salati e ricchi di calcio (yogurt e formaggi) e di alimenti ricchi d'acqua, come l'anguria;
- non bere latte, tè e tisane prima di andare a letto;
- combattere la stitichezza;
- contrastare il sovrappeso.

Se adottando queste "buone abitudini" il problema non si risolve, allora il pediatra fa compilare ai genitori il diario minzionale del bimbo. Nella maggior parte dei casi, al pediatra è sufficiente leggere questo diario per riconoscere il tipo di enuresi di cui soffre il bambino e prescrivere una terapia adeguata. Altre volte, invece, sono necessari approfondimenti, quali ecografia della vescica, esame delle urine e urinocoltura.

"Con tutti questi elementi a disposizione, lo specialista è in grado di riconoscere l'enuresi di cui soffre il piccolo. Se lo ritiene opportuno, dopo i 6 anni il pediatra può prescrivere farmaci per sopprimere la ridotta produzione notturna dell'ormone ADH o per migliorare la funzionalità della vescica, a seconda dell'origine del disturbo", afferma la dottoressa Caruso.

Per evitare ripercussioni sull'autostima del bambino sono fondamentali la diagnosi e il trattamento precoci, utili anche ad abbassare il rischio, comune soprattutto fra le donne, di incontinenza e problemi vescicali da adulti.

Il ruolo dei genitori è molto importante, perché se si affronta la situazione nel modo sbagliato l'autostima del figlio potrebbe risentirne. Perciò, i bambini con enuresi non vanno colpevolizzati. Preziosa è infine la collaborazione degli insegnanti che hanno in classe un bimbo con tale disturbo: farlo bere e andare in bagno tutte le volte in cui lo richiede contribuisce a risolvere il problema.