



FAMIPED

Familias, Pediatras y Adolescentes en la Red. Mejores padres, mejores hijos.

De ce nu trebuie tratată tusea?

Autor/es: Ramón Ugarte Libano. Centro de Salud Olaguibel. Vitoria-Gasteiz.

Traductor/a: Daniela Florentina Pruteanu.

Volumen 6. Nº 4. Diciembre 2013 [1]

Palabras clave: tuse, antitusive, dextrometorfan

Tusea și medicamentele împotriva tusei.

Este de la sine înțeles că trebuie să ne suflăm nasul când este plin de mucozități: inspirăm, ne strângem de nas și apoi îi dăm drumul în timp ce expulzăm cu forță aerul pentru a antrena secrețiile din interior. Ne ștergem nasul și apoi respirăm mai bine. Nici o persoană care are toate facultățile mintale nu se gândește să-și lase nasul plin de secreții și să își bage mâinile în buzunar. Ce se întâmplă când secrețiile se află în orice parte a aparatului respirator, între cea mai mică bronșie și nas? Răspunsul este simplu: apare tusea. Tusea constă în umplerea plămânilor cu aer, închiderea laringelui, în mod concret al epiglotei, deschiderea sa bruscă pentru ca acest aer să iasă la o viteză mai mare de 150 km pe oră și așa să expulzeze cel mai frecvent secrețiile, sau corpurile străine, curățând căile respiratorii și ușurând trecerea aerului.

De fapt, este vorba de un mecanism de apărare al aparatului respirator care se activează în mod automat, deși putem să îl provocăm și în mod voluntar. Dar, dacă avem tuse, este ca și cum am avea nevoie să scăpăm de ea. De ce? Încercarea de a împiedica tusea nu este același lucru cu a avea secreții nazale și a-și băga mâinile în buzunar? Trebuie tratate simptomele sau trebuie să tratăm cauza? Sunt eficiente medicamentele împotriva tusei? Prezintă riscuri aceste medicamente?

De ce nu trebuie să tratăm tusea?

Dacă acceptăm că tusea este un reflex care face parte dintr-un mecanism de apărare al aparatului respirator, este o contradicție să combatem un aliat; dar o facem și cu o frecvență excesivă. Când tusea se produce pentru a mobiliza secreții se numește tuse productivă, iar când nu există secreții vorbim despre tuse iritativă.

Tusea iritativă este mai puțin frecventă la copii și de multe ori se datorează afecțiunilor alergice (astm și rinită alergică) și a substanțelor iritante din mediu (mai ales tutun și contaminări) și nu se tratează cu medicamente împotriva tusei.

Majoritatea cazurilor în care se folosesc medicamente împotriva tusei, făcând parte din tratamentul răcelilor, sunt cazuri de tuse productivă. Chiar dacă pare contradictoriu. Motivul pe care unii îl susțin pentru a justifica acest tratament este comoditatea copilului, dar acest lucru nu a fost demonstrat. În concluzie, trebuie tratată cauza tusei, când aceasta există și nu tusea în sine.

Se ameliorează tusea productivă ea însăși?

Da. Tusea productivă apare datorită răcelilor, iar secrețiile provoacă tusea, mai intensă și frecventă în primele zile, după aceea scăzând ca frecvență și intensitate, cu sau fără antitusive. De aceea, ceea ce pare efectul medicamentelor este doar trecerea timpului.

Remedii împotriva tusei

S-au utilizat și încă se folosesc multe remedii casnice și industriale împotriva tusei, în ciuda faptului că utilitatea sa pretinsă nu a fost suficient de bine demonstrată. Printre aceste tratamente găsim ierburi, plante, și alte substanțe care cu eticheta de naturale se dau la copii de orice vârstă, cu senzația că nu implică nici un risc. Trebuie să avertizăm că unele dintre aceste preparate pot fi contaminate cu produse biologice, care nu sunt metabolizate de copiii mai mici de un an și pot fi riscante pentru sănătate. Mierea este un aliment care a fost comparat cu medicamentele împotriva tusei cu bune rezultate, dar nu din această cauză trebuie dat la copiii mai mici de un an. Mierea, ca și alte produse dulci,

De ce nu trebuie tratată tusea?

eliberează endorfine și aceasta oferă senzația de confort care se percepe în cazul tusei.

Homeopatia nu conține nici o substanță activă și nu este eficace.

Medicamente contra tusei

S-au folosit secole de-a rândul și cele care au avut mai mult succes au fost cele derivate din opiu, din cauza proprietăților sale narcotice. Ne va surprinde să știm că pînă în 1914 heroina era unul dintre medicamentele care se vindea pentru tratamentul tusei la copii. După retragerea de pe piață a heroinei, codeina a devenit tratamentul de elecție pentru tuse (și durere) pentru copii, și încă se mai folosește. Codeina se transformă în principal în morfină și, la anumiți copii, acest proces este atât de intens încât poate provoca oprirea respirației. Agențiile responsabile de folosirea și controlul medicamentelor din Statele Unite și Europa au avertizat recent asupra acestor riscuri, iar agenția britanică a medicamentelor a interzis siropurile cu codeină la copiii sub 18 ani.

Dependența pe care o poate provoca codeina ca derivat de opiu a generat necesitatea de medicamente antitusive noi, și așa a apărut dextrometorfanul, unul dintre cele mai folosite medicamente contra tusei, deși nu este lipsit de riscuri, mai ales la copiii sub 6 ani. Consumul abuziv al acestui preparat în doze mai mari decât cele folosite pentru tuse, l-a transformat într-un drog stimulant între tineri. Eficacitatea dextrometorfanului de calmare a tusei, în ciuda percepției părinților de un somn și o odihnă mai bune, nu a demonstrat a fi mai bun decât mierea sau placebo.

Alte siropuri au fost prea puțin investigate, iar anumite supozitoare au fost retrase de pe piață datorită riscurilor.

Codeina necesită rețetă, dar dextrometorfanul (mai mult de 40 de medicamente conțin această substanță) și alte medicamente similare pot fi obținute liber în farmacii. Folosirea acestor medicamente este frecvent cauză de intoxicații, fie datorită dozelor, fie datorită folosirii frecvente când tusea nu cedează sau credinței că efectele secundare nu sunt importante, mai ales pentru că pot fi cumpărate fără rețetă.

Țările care au interzis vânzarea în farmacii fără rețetă a acestor medicamente contra tusei și răcelilor au înregistrat o scădere considerabilă a intoxicațiilor cu aceste medicamente, a vizitelor la urgență și a complicațiilor, ușoare sau grave.

Ce trebuie făcut când un copil tușește?

Trebuie menținută o bună hidratare oferind sucuri și alte lichide. Se pot da lapte și produse lactate pentru că nu există nici un fundament pentru a spune că laptele provoacă mai multe secreții.

Nu trebuie permis fumatul în casă și trebuie evitat contactul cu fumul de țigară.

Este convenabil să facem vapori cu apă caldă, având grijă să nu producem arsuri copilului. Se pot folosi și vaporii din baie. De asemenea pot fi utile și spălăturile cu apă și sare (10 grame de sare pentru un litru de apă) și aspirarea secrețiilor dacă acestea nu se elimină ele însele sau odată cu tusea sau strănutul. Nu trebuie utilizate sprayuri cu decongestionante nazale.

Este foarte important să fim atenți la alte simptome care ar putea apărea împreună cu tusea cum ar fi: respirație dificilă (respirații rapide, cu zgomote respiratorii în piept, cu mișcări spre înăuntru a coastelor și a sternului și senzația de lipsă de aer), febră, respingerea mîncării și în general senzația că copilul nu se simte bine.

Nu trebuie să administrăm siropuri antitusive fără sfatul medicului și fără rețetă la copiii mai mici de 6 ani și nici miere la copiii mai mici de un an.

Este util să recapitulăm recomandările decalogului tusei al Asociației Spaniole de Pediatrie de nivel primar (http://www.aepap.org/sites/default/files/decalogo_tos.pdf).

Tusea este un aliat în vindecarea copilului. Nu folosiți tratamente pe care pediatrul nu le-a recomandat.