



Sbadigli a scuola? Disturbi del sonno, possibile rischio OSAS e problemi scheletrici

Con l'arrivo dell'autunno e dei primi freddi, anche per i bambini la ripresa dell'attività scolastica può sembrare più faticosa, ma a volte dietro segnali che possono sembrare banali e legati alla stagione, si celano campanelli d'allarme che è bene non trascurare.

I risultati di un **questionario** realizzato da **FACEp**, in collaborazione con **Key-Stone**, società specializzata in ricerche di mercato, rilevano che **nelle aule scolastiche italiane un bambino su 20 manifesta segni di stanchezza e disattenzione** che possono essere correlati a disturbi del sonno.

La ricerca, condotta nella prima parte del 2023, ha coinvolto **400 bambini fra i 3 e 15 anni** e si basa su un questionario distribuito ai genitori dal proprio dentista ortodontista. La metodologia adottata per rilevare possibili disturbi del sonno ha indagato, tra l'altro, il sintomo di stanchezza e distrazione durante le lezioni segnalato dagli insegnanti.

Su tutti i bambini "assonnati" delle classi italiane, circa 1/4 presenta un insieme di ulteriori sintomi (russamento forte e persistente, difficoltà di respirazione, e altri disturbi del sonno o di comportamento indagati) che potrebbero essere indice di un disturbo respiratorio chiamato OSAS (Obstructive Sleep Apnea Syndrome), condizione caratterizzata da pause nella respirazione durante il sonno per ostruzione parziale o totale delle prime vie aeree, che riguarda almeno 3 bambini su 100.

Recenti studi scientifici dimostrano che **in circa la metà di questi casi di Osas pediatrica** si tratta di un fenomeno legato a malocclusione dentale, per palato stretto o mandibola che cresce poco, difetti per i quali **l'intervento dell'ortodontista può essere risolutivo** e che si possono correggere con un opportuno uso dell'apparecchio.

Il pediatra ha un ruolo chiave nella prevenzione dei problemi di salute orale, perché un'indicazione, in caso di Osas, per una valutazione ortodontica durante l'infanzia può evitare procedure complicate specifici interventi chirurgici in età adulta.

*"La qualità del sonno è un importantissimo indicatore di salute anche nei bambini – commenta **Valerio Maccagnola, presidente di FACEp** – per i quali c'è un più ampio margine di intervento rispetto agli adulti per la prevenzione di patologie importanti: l'Osas pediatrica può essere associata a deficit neurocomportamentali, cardiovascolari, e anche problemi cranio facciali e scheletrici, che necessitano di un tempestivo riconoscimento, diagnosi e trattamento per evitare danni alla salute in età più avanzata. In caso di sintomi, come la sonnolenza diurna o il russamento è consigliabile sottoporre il bambino a una polisonnografia pediatrica, esame strumentale notturno non invasivo, utile per indagare le cause dell'apnea notturna nei bambini".*