

L'emicrania nei bambini: affrontarla e curarla

La cefalea è uno dei problemi più diffusi tra i bambini, in particolare in età scolare. In occasione dell'imminente Settimana nazionale del mal di testa, affrontiamo il tema: "Come è possibile curare e affrontare il mal di testa nell'età dell'infanzia".

Quali sono i principali tipi di cefalee dei bambini? Come riconoscere un mal di testa scatenato da ansia e depressione nei piccoli? In che modo, i genitori possono aiutare a fronteggiare questo problema di salute?

Di questo e molto altro, ne parliamo con la Dott.ssa Adelia Lucattini, Psicoanalista specialista in bambine e adolescenti della Società Psicoanalitica Italiana.

Lucattini: "Se gli attacchi di mal di testa o il mal di pancia, la cosiddetta emicrania addominale, si ripetono nel tempo, è necessario far visitare il bambino dagli specialisti, neurologo e psicoanalista per una corretta diagnosi".

Dott.ssa Lucattini, il mal di testa è un problema più diffuso di quanto non si pensi e affigge anche i bambini, come è possibile affrontarlo?

"L'emicrania è riconosciuta dall'OMS e dalla classificazione internazionale delle cefalee (ICHD-3) come una malattia neurologica cronica e che si ripresenta periodicamente, caratterizzata da attacchi ricorrenti di cefalea associati a sintomi neurologici e fisici. Per aiutare i propri bambini, è necessario che i genitori li ascoltino comprendendo il loro reale disagio e che prendano sul serio le sue lamentele. Infatti, il 25% dei bambini in età scolare ha almeno un episodio di mal di testa l'anno. Per i genitori, è importante riuscire a riconoscere i vari tipi di mal di testa per non allarmarsi troppo o ignorarli pensando che siano soltanto un capriccio. Se gli attacchi di mal di testa o il mal di pancia, la cosiddetta emicrania addominale, si ripetono nel tempo, è necessario far visitare il bambino dagli specialisti, neurologo e psicoanalista per una corretta diagnosi";

A che età si manifesta l'emicrania infantile?

"Uno studio pubblicato su Journal of Headache Pain (2023), ha evidenziato che circa il 62% dei bambini e adolescenti tra 8 e 18 anni soffre di cefalee primarie. Le forme più comuni sono l'emicrania (11%) e la cefalea tensiva (17%). È stato riscontrato che le femmine sono più colpite rispetto ai maschi. In Italia, l'emicrania è il disturbo più frequente nei bambini, ne sono affetti il 30% dei bambini in età scolare (6-11 anni) e il 14% dei preadolescenti e adolescenti (12-18 anni). L'età media di insorgenza dell'emicrania nei bambini è tra i 7 e gli 8 anni, con una prevalenza che aumenta con l'età, raggiungendo un picco tra gli 11 e i 13 anni";

Quali sono i principali tipi di cefalee nei bambini e come si manifestano?

"Nei bambini, le cefalee si suddividono principalmente in primarie (non causate da altre patologie) e secondarie (derivanti da condizioni morbose sottostanti). Le forme primarie sono le più comuni in età pediatrica. Secondo la classificazione ICHD-3, queste sono: la cefalea tensiva, la forma più frequente nei bambini, è caratterizzata da dolore bilaterale, di tipo costrittivo, non pulsante, di intensità lieve o moderata. L'emicrania che può manifestarsi già tra i 3 e 5 anni di età, il dolore è spesso pulsante, localizzato nella regione frontale o temporale, e può essere accompagnato da nausea, vomito, fotofobia e fonofobia. La cefalea a grappolo molto rara in età pediatrica, può manifestarsi con episodi di dolore intenso unilaterale, spesso localizzato intorno all'occhio.

Meno diagnosticata, poiché confusa con disturbi d'ansia e somatizzazioni, ma frequente nei bambini è l'emicrania con aura visiva o uditiva in cui i bambini prima dell'attacco emicranico vedono scintille

