Miele per la tosse dei bambini

Data 22 maggio 2016
Categoria pneumologia

Una revisione Cochrane suggerisce che il miele può essere più efficace del non trattamento e del placebo per la tosse deibambini.

Il miele, spesso sciolto in bevande calde come il latte, è un rimedio casalingo molto usato per calmare la tosse acuta dei bambini (e, non di rado, anche degli adulti).

Una revisione Cochrane si è proposta di esaminare gli studi in merito per determinare l'efficacia di questo rimedio, molto popolare, in soggetti di età compresa tra uno e diciotto anni.

Purtroppo la letteratura scientifica è povera di dati sull'argomento.
La ricerca, infatti, ha permesso di ritrovare solo tre studi randomizzati e controllati per un totale di 568 bambini arruolati. Solo uno dei tre studi è stato giudicato a basso rischio di distorsioni.

Gli studi, comunque, suggeriscono che il miele può essere più efficace del non trattamento e del placebo nel ridurre la tosse, mentre non sembra esserci differenza significativa tra miele e destrometorfano. Non si sono registrate differenze significative tra miele e destrometorfano neppure per gli eventi avversi (iperattività, nervosismo, insonnia).

In uno studio con 80 partecipanti il miele si è dimostrato leggermente superiore alla difenidramina, ma questo studio è stato giudicato di bassa qualità. Anche in questo caso non si sono registrate differenze significative tra miele e difenidramina per quanto riguarda gli effetti collaterali.

Gli autori concludono che non ci sono evidenze forti nè a favore nè contro l'uso del miele per trattare la tosse acuta dei bambini, ma lamentano che gli studi esaminati avevano una durata breve in quanto il follow up si è limitato ad una sola notte.

In conclusione, quindi, questo rimedio della nonna può ancora trovare un suo spazio nel trattamento sintomatico della tosse acuta pediatrica, anche in presenza di evidenze abbastanza limitate, considerato che non sono emersi effetti collateraliimportanti.

La tosse, oltre a ridurre la qualità del sonno del bambino e dei genitori, viene spesso vissuta da questi ultimi come un sintomo preoccupante anche quando non vi sono gravi patologie che la causano.
Per questo è un motivo di frequente consultazione in medicina generale e in pediatria.
L'esperienza di chi scrive è che i genitori accettano di buon grado questa terapia di tipo "naturale".

RenatoRossi

Bibliografia

1. Oduwole O et al. Honey for acute cough in children. Cochrane Database Syst Rev. 2014 Dec 23;12:CD007094.

2. http://www.pillole.org/public/aspnuke/news.asp?id=5570

3. http://www.pillole.org/public/aspnuke/news.asp?id=4509