

# Dossier

## Medicina

### Difficoltà

Fino ai tre anni  
si è un po'  
come i nonni

Come i nonni, anche i bambini piccoli sono più a rischio di disturbi del sonno. Al di sotto dei tre anni, il 30 % ha un problema: dalla sindrome delle gambe senza riposo al russamento; i disturbi respiratori sono il motivo più comune di sonno "agitato" nei primi anni di vita e possono dipendere da ipertrofia delle tonsille, obesità o anomalie del cranio ma, a differenza di quanto accade nell'adulto, la conseguenza non è la sonnolenza diurna (che riguarda solo un bimbo su

cinque) bensì un'agitazione che non si placa. La prevalenza dei disturbi del sonno si dimezza dopo i tre anni ma alcuni persistono: il sonnambulismo, per esempio, riguarda fino al 12-13% dei bambini fino ai 10 anni. «La sindrome delle gambe senza riposo, che si manifesta nella prima parte della notte costringendo spesso ad alzarsi e camminare, riguarda il 2 per cento dei bambini e dei ragazzi», dice **Susanna Esposito**, pediatra dell'università di Perugia.

La proprietà intellettuale è riconducibile alla fonte specificata in testa alla pagina. Il ritaglio stampa è da intendersi per uso privato

