BAMBINI ED ENURESI NOTTURNA CHE FARE?

L'enuresi notturna è un disturbo che consiste nella perdita involontaria e completa di urina durante il sonno in un'età (a partire dai 5-6 anni) in cui la maggior parte dei bambini ha ormai acquisito il controllo degli sfinteri.

Ma perché accade che molti bambini ritardino l'acquisizione del controllo della vescica?
Le cause possono essere diverse, e possono essere di natura medica o psicologica:
CAUSE MEDICHE
- Ritardo della maturazione della vescica, in particolare dello sfintere vescicale
- Insufficiente controllo ormonale, che si normalizza in ritardo rispetto alla media
- Conseguenza di una malattia: alcune malattie possono far comparire l'enuresi come conseguenza di un'infezione o di altri tipi di disagi fisiologici

CAUSE PSICOLOGICHE
- Conseguenza di eventi stressanti o traumi, tra cui tensioni familiari, sentimenti d'ansia o frustrazione, difficoltà scolastiche, nascita di un fratellino, ecc.

Come si manifesta l'enuresi?
Nella maggior parte dei casi l'enuresi si presenta di notte, e può manifestarsi con una perdita molto evidente di urina fino a poche gocce nelle mutande del bambino. I bambini che soffrono di tale disturbo, comunque, hanno alcune caratteristiche che sono evidenti anche di giorno: raramente fanno pipì durante la giornata, trattengono a lungo lo stimolo, bevono molto (in particolare la sera prima di andare a letto).
Che cosa fare?
Oltre ai trattamenti di competenza del medico, esistono alcune strategie comportamentali che possono aiutare il bambino a sviluppare repentinamente il controllo dello sfintere vescicale, proprio nel momento in cui il controllo cosciente è ridotto al minimo (il sonno). L'utilizzo di queste strategie è consigliato anche in quei casi in cui i bambini risultino farmacoresistenti, o se i genitori preferiscano risolvere il problema senza una terapia medica.
Perché fare qualcosa?
Sono pochi gli adulti che soffrono di enuresi, poiché spesso questo quadro tende a diminuire con il tempo. La scelta di prendere in mano la situazione, scegliendo di intraprendere un programma di trattamento dell'enuresi, è da ricondurre alla sofferenza che i bambini provano:

spesso, infatti, viene sottovalutato il rapporto che i bambini hanno con l'enuresi, possono sentirsi inadeguati, sbagliati, stupidi, impotenti di fronte a un disagio che non riescono a risolvere e che è tipico di bambini molto più piccoli di loro. Molte volte, inoltre, a causa dell'enuresi, possono non sentirsi sicuri di poter andare in campeggio o semplicemente a dormire a casa di un amico. Questa situazione può influenzare in modo significativo il modo in cui il bambino si vede e le sue relazioni sociali, creando ansie, insicurezze e sentimenti di tristezza e di impotenza.

Quali sono i risultati?

La nostra pratica clinica evidenzia che i primi risultati significativi emergono dopo circa un mese dall'inizio dell'intervento, periodo dopo il quale la frequenza degli episodi di enuresi inizia a ridursi drasticamente. A ciò si associa spesso anche un miglioramento dell'umore da parte del bambino, e una diminuzione di altre problematiche correlate (in particolare collegate ad ansia), dovute ad un aumento del senso di efficacia personale e della stima di sé.