Dolori da crescita: cosa sono e come si trattano?

Data 04 maggio 2007
Categoria pediatria

I dolori da crescita sono un disturbo pediatrico relativamente frequente, la cui etiologia è sconosciuta, ma a decorso benigno.

Con una certa frequenza i pediatri, ma anche i medici generalisti, vengono consultati da genitori preoccupati perchè il loro bambino lamenta dolori intermittenti agli arti inferiori. Di solito si tratta di bambini peraltro in buono stato di salute, il dolore è localizzato in sede non articolare, spesso bilaterale, tende a comparire di sera o di notte e dura, in media, dai 10 ai 20 minuti. L'obiettività locale è negativa, non vi sono segni di flogosi articolare, di traumi o di infezioni. Il bambino non presenta riduzione della motilità e non zoppica. Non di rado il genitore riferisce che si riesce a calmare il dolore massaggiando delicatamente l'arto. L'età colpita va generalmente dai 3-4 anni fino ai 10-12, preferito il sesso femminile. Gli esami di laboratorio e gli indici di flogosi sono negativi, così come gli esami radiografici. Ovviamente la diagnosi di dolori da crescita si pone dopo aver escluso altre cause di dolore agli arti, ma in genere i caratteri sono abbastanza tipici e il medico la può sospettare fin dalla storia clinica.
La diagnosi differenziale si pone soprattutto con la malattia reumatica e con l'artrite reumatoide giovanile.
Gli esami di laboratorio e radiologici non sarebbero di per sè necessari in assenza di segni clinici, interessamento articolare, riduzione della motilità, ma spesso vengono ugualmente richiesti per tranquillizzare i genitori che temono una malattia reumatica o un tumore osseo.

Qual è la causa dei dolori da crescita?
In realtà non è nota la patogenesi dei dolori da crescita, anche se l'accrescimento degli arti probabilmente non svolge alcun ruolo etiologico. Sono state proposte varie teorie: secondo alcuni potrebbero essere dovuti a posture sbagliate assunte dal bambino durante la giornata, secondo altri si trattarebbe di una specie di sindrome delle gambe senza riposo, altri ancora puntano l'attenzione su disturbi circolatori, sull' affaticamento osseo, su fattori emotivi; alcuni ipotizzano che potrebbe trattarsi di un equivalente emicranico; infine è stato suggerito che i bambini con dolore da crescita potrebbero avere una ridotta soglia dolorifica.

Come si cura il dolore da crescita?
Il primo provvedimento da prendere è quello di rassicurare i genitori che si tratta di una condizione benigna che tende a risolversi col tempo senza progredire verso malattie gravi. Come prima scelta, qualora il sintomo fosse particolarmente frequente e il bambino molto disturbato, si consiglia il paracetamolo, anche se il farmaco non è stato indagato da studi clinici per questo disturbo. In alternativa, se il paracetamolo non fosse efficace, si può proporre l'ibuprofen.
In uno studio, peraltro dal disegno discutibile in quanto i medici non erano in cieco, gli esercizi di stretching muscolare hanno dimostrato di essere più efficaci sul dolore rispetto alla terapia usuale,avvalorando l'ipotesi che il dolore da crescita potrebbe essere causato da spasmi muscolari dopo attività fisica.

RenatoRossi

Bibliografia

1. Baxter M et al. "Growing pains" in childhood—a proposal for treatment. J Pediatr Orthoped 1988;8: 402-6.
2. Kohhnen L et al. Acute and recurrent night leg pain in young children: "growing pains"
Rev Med Liege. 2004 Jun;59(6):363-6.
3. Hashkes PJ et al. Decreased pain threshold in children with growing pains. J Rheumatol. 2004 Mar;31(3):610-3.
4. Evans AM. Relationship between "growing pains" and foot posture in children: single-case experimental designs in clinical practice. J Am Podiatr Med Assoc. 2003 Mar-Apr;93(2):111-7.
5. Manners P. Are growing pains a myth? Aust Fam Physician. 1999 Feb;28(2):124-7
6. Atar D et al. Growing pains. Orthop Rev. 1991 Feb;20(2):133-6.
7. Peterson H. Growing pains. Pediatr Clin North Am. 1986 Dec;33(6):1365-72
8. Weiner SR. Graowing pains. Am Fam Physician. 1983 Jan;27(1):189-91.
9. Calabro JJ et al. Growing pains: fact or fiction? Postgrad Med. 1976 Feb;59(2):66-72.
10. Ekbom KA. Growing pains and restless legs. Acta Paediatr Scand. 1975 Mar;64(2):264-6.

© 2004 - 2025 Pillole - Registrazione T. di Roma n. 2/06 | stampato il 19/12/2025 alle ore 16:53 | Pagina 1 di 1