

# Insieme per la sicurezza

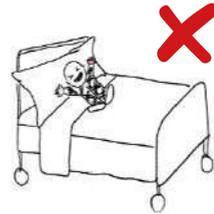


**FAMMI DORMIRE NELLA MIA CULLA**  
sempre a pancia in su vicino al tuo letto



**UTILIZZA SEMPRE LA CULLA**  
per gli spostamenti in reparto

**NON LASCIARMI MAI DA SOLO**  
mi muovo e potrei cadere quando sono...



...sul letto



...sul fasciatoio



...sulla bilancia



# Cari genitori,

per la sicurezza del vostro bambino e la prevenzione della morte improvvisa (SIDS) vi raccomandiamo di farlo dormire in stanza con voi, nella sua culla (non nel vostro letto).

Mettetelo supino a pancia in su (non sul fianco, non sulla pancia), con la faccia e la testa scoperte (non lenzuola o coperte che ne coprano il viso) e con i piedini che toccano il fondo della culla, senza coprirlo troppo e senza avvolgerlo stretto con fasce o coperte.

Utilizzate un materasso fermo e piatto, senza il cuscino e rimboccate bene le coperte. Non mettete nessun oggetto vicino alla sua testa e non usate il paracolpi. La temperatura ideale della stanza è di 18-20 gradi centigradi.

Se la mamma sceglie di portare il bambino nel suo letto per allattarlo è raccomandato che resti rivolta verso di lui e che a poppata finita lo ponga a pancia in su, adottando le precauzioni per evitare che cada, venga coperto dalle lenzuola o schiacciato.

È controindicata la condivisione del letto con il bambino se uno o entrambi i genitori sono fumatori, se la mamma ha la febbre, se è particolarmente stanca, soffre di malattie o assume farmaci che possono alterare la sua capacità di risveglio e quando il neonato è prematuro o ammalato o altri fratellini dormono nel lettone.

Il fumo costituisce un fattore di rischio importante per la SIDS: non fumate in gravidanza e dopo la nascita del vostro bambino e non tenetelo in ambienti dove si fuma.

L'allattamento al seno riduce in modo significativo il rischio di SIDS; il succhiotto durante il sonno può ridurre questo rischio, sebbene sia importante non forzare il bambino se lo rifiuta e considerarne l'uso dopo il primo mese di vita per non interferire con l'avvio dell'allattamento.

E ricordate, per gli spostamenti in macchina, sin dal primo viaggio dopo la dimissione dall'ospedale utilizzate sempre seggiolino o navicella omologati, anche per tragitti brevi.

[www.saperidoc.it](http://www.saperidoc.it)

[www.sidsitalia.it](http://www.sidsitalia.it)

[www.apss.tn.it](http://www.apss.tn.it)



*Azienda Provinciale  
per i Servizi Sanitari  
Provincia Autonoma di Trento*

