

SIDS, Conoscerla per ridurne il rischio



Progetto
Regione Siciliana



CHE COS'E' LA SIDS?

E' la morte improvvisa del lattante chiamata anche "morte in culla" e può colpire i bambini nel primo anno di vita.

Le cause sono ancora sconosciute, ma alcuni comportamenti preventivi possono ridurne il rischio.



NANNA SICURA

- La posizione più idonea per dormire è quella sulla schiena, non a pancia sotto né di fianco
- Fatelo dormire su un materasso rigido, senza cuscino
- Fatelo dormire nella stanza con voi, ma non nel vostro letto



NON FATELO FUMARE

- Durante la gravidanza
- Non fumare dove dorme il bambino o dove soggiorna



FRESCO E' MEGLIO

- Non copritelo troppo
- Tenetelo lontano da fonti di calore
- La temperatura ambientale ottimale è tra i 18°C e i 20°C con umidità intorno al 50%



IL SUCCHIOTTO

- Usare il succhiotto al momento della nanna
- Se lo perde durante il sonno non ridarglielo
- Evitare di tenere il succhiotto con catenelle e nastri.
- Introdurlo dopo il primo mese di vita per evitare interferenze con l'allattamento materno



LATTE MATERNO

- Allattate il vostro bambino al seno