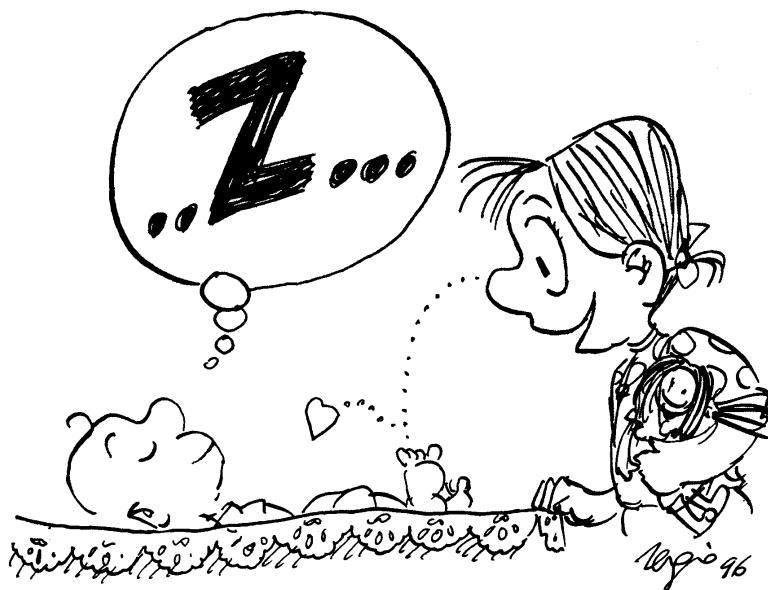


# Per il vostro bimbo la nanna è



## più sana se...

## ...dorme sulla schiena.



**1**

- Mettetelo a dormire a pancia in su, almeno nei primi sei mesi di vita.

## ...non fumate.



**2**

- Non fumate se avete intenzione di avere un figlio e, in nessun caso, in gravidanza e durante il periodo dell'allattamento.
- Non esponetelo al fumo.

## ...dorme in un ambiente non troppo caldo.



- Non vestitelo eccessivamente e non copritegli il capo.
- Non avvolgetelo in troppe coperte.
- Mantenete la temperatura della stanza non superiore ai 20°C.

## Inoltre è consigliabile che il bambino:

- Dorma in un lettino con il materasso rigido, senza cuscino, in cui non vi siano spazi vuoti tra il materasso e le sponde e in cui non vi siano ingombri (giocattoli, peluche, ecc.); la distanza tra una barra e l'altra del lettino non deve superare i 6 cm.
- Non dorma nel letto con i genitori.
- Dorma - nei primi mesi di vita - nella stessa stanza dei genitori.
- Venga allattato al seno.

## Cos'è la SIDS?

La SIDS (Sudden Infant Death Syndrome), chiamata anche “morte in culla” o “morte bianca”, è la morte improvvisa e inaspettata di un lattante sotto l'anno di vita che rimanga inspiegata anche dopo un attento esame del bambino, della sua storia clinica e dell'ambiente in cui si è verificata.

Le statistiche di molti paesi industrializzati indicano che la SIDS è la prima causa di morte per i bambini nel primo anno di vita; in Italia si stima che l'incidenza della SIDS sia di circa 1 su 1000 nati vivi.

Le cause non sono ancora completamente conosciute, ma campagne nazionali di informazione condotte in altri paesi hanno dimostrato che i suggerimenti qui descritti sono associati a una riduzione del rischio di SIDS di circa il 50%.

Per ulteriori informazioni rivolgetevi al vostro **pediatra** o al **reparto di neonatologia** più vicino oppure all'**Associazione Semi per la SIDS onlus**, associazione di genitori - affiliata a "Seeds for SIDS International" - che svolge attività di sensibilizzazione, di sostegno alle famiglie e di stimolo alla ricerca.

### **Con l'approvazione di:**

- Società Italiana di Pediatria (SIP)
- Società Italiana di Neonatologia (SIN)
- Società Italiana di Igiene, Medicina Preventiva e Sanità Pubblica (SIItI)

Su proposta dell'associazione di genitori "Semi per la SIDS onlus", la **Commissione di Studio sulla SIDS**, istituita dalla Regione Lombardia, ha realizzato il presente opuscolo nell'aprile 2005 (l'opuscolo è stato aggiornato nell'aprile del 2007).