

NEONATI

SONNO SICURO

Storti Chiara Francesca
Istruttore PSTI

SONNO SICURO

Durante il **SONNO** il controllo del respiro è meno efficiente ed i muscoli respiratori sono ipotonici.

Alcune **POSIZIONI** del bambino durante il sonno possono essere fattori di rischio per l'**OSTRUZIONE delle vie aeree**.



Corso di Aggiornamento PSTI

SONNO SICURO

10 REGOLE D'ORO: 1

Nei **PRIMI MESI** di vita posizionate sempre il bambino a **PANCIA IN SU**, sia durante il riposo diurno che durante il riposo notturno.

Questa posizione è la più sicura, e va ottenuta ogni volta che il bambino dorme. Non fatelo dormire a pancia sotto né sul fianco.



1

PANCIA IN SU

Corso di Aggiornamento PSTI

SONNO SICURO

10 REGOLE D'ORO: 2

Fate dormire il bambino su **MATERASSI RIGIDI**.

NON utilizzare cuscini, coperte, piumoni o altre superfici morbide ingombranti almeno **fino ai 6 MESI** di vita.



2

MATERASSO RIGIDO

Corso di Aggiornamento PSTI

SONNO SICURO

10 REGOLE D'ORO: 3

Tenete **OGGETTI SOFFICI**,
GIOCHI, biancheria sfusa
FUORI DAL LETTO
del bambino.



3

**NIENTE OGGETTI
SOFFICI**

Corso di Aggiornamento PSTI

SONNO SICURO

10 REGOLE D'ORO: 4

Fate dormire il bambino nella
vostra stanza ma **NON NEL**
LETTO CON VOI o con i suoi
fratelli.

Mettete sempre il vostro
bambino **NEL SUO LETTO**
dopo l'allattamento.



4

NEL SUO LETTINO

Corso di Aggiornamento PSTI

SONNO SICURO

10 REGOLE D'ORO: 5

Non coprire eccessivamente il bambino durante il sonno, non avvolgetelo stretto nella coperta.

Vestite il bambino con **INDUMENTI LEGGERI.**

La temperatura della stanza deve essere confortevole come per l'adulto: la temperatura ideale è **18-20° C**



5 **INDUMENTI LEGGERI**
a 18-20 °C

Corso di Aggiornamento PSTI

SONNO SICURO

10 REGOLE D'ORO: 6

Se il bambino ha la **FEBBRE**, può aver bisogno di essere **COPERTO DI MENO** mai di più.



6 **CON LA FEBBRE**
NON COPRIRE DI PIU'

Corso di Aggiornamento PSTI

SONNO SICURO

10 REGOLE D'ORO: 7

Non permettete a nessuno di **FUMARE** vicino al bambino.

Non fumate prima e dopo la nascita di vostro figlio, e non permettete ad altri di farlo.

Non tenete il bambino in ambienti dove si fuma o si è fumato.



7

NIENTE FUMO!

Corso di Aggiornamento PSTI

SONNO SICURO

10 REGOLE D'ORO: 8

Potete usare il **SUCCHIOTTO** durante il sonno (tra 1 e 12 mesi di vita): **ADEGUATO** all'età del bambino, con una **MASCHERINA RIGIDA** e di forma **ANATOMICA**, conforme alla norma di sicurezza Europea EN 1400.

Se il bambino durante la notte lo perde, non va reintrodotta. Evitate sostanze edulcoranti in cui intingerlo.



8

CIUCCIO SI
tra 1 e 12 mesi

Corso di Aggiornamento PSTI

SONNO SICURO

10 REGOLE D'ORO: 9

È controindicato utilizzare prodotti che vengono pubblicizzati per **MONITORARE** il sonno del vostro bambino, in quanto si sono dimostrati di **SCARSA EFFICACIA** e **SICUREZZA**.

Non fidatevi ciecamente dei prodotti elettronici...



9

VOI SIETE LA SUA SICUREZZA

Corso di Aggiornamento PSTI

SONNO SICURO

10 REGOLE D'ORO: 10

Se possibile **ALLATTA AL SENO** il tuo bambino, il latte materno è il migliore alimento.



10

ALLATTA AL SENO

Corso di Aggiornamento PSTI

SONNO SICURO



A photograph of a baby lying in a wooden crib. The baby is lying on their back with their head at the top of the crib. A white blanket is pulled up to the baby's chest. The crib has a white mattress and a white sheet. The baby is wearing a patterned onesie. The crib is positioned against a wall.

- NON COPRIRE LA TESTA DEL BAMBINO
- NON USARE IL CUSCINO
USA LENZUOLA BEN TESE
- POSIZIONA IL BAMBINO A PANCIA IN SU
- FISSA BENE LE COPERTE
- METTI IL BAMBINO IN UN AMBIENTE FRESCO LONTANO DA FUMO
- METTI IL BAMBINO AI PIEDI DEL LETTINO
- NON USARE PIUMONI O COPERTE PESANTI

Corso di Aggiornamento PSTI

SONNO SICURO DOMANDE???



Three question marks are displayed: one large red one in the center, and two smaller white ones with black outlines, one to the left and one to the right. A faint watermark of a red cross is visible in the background.

Corso di Aggiornamento PSTI

Bibliografia

piccoli grandi aiuti

MANOVRE PER LA DISOSTRUZIONE
DELLE VIE AEREE NEI BAMBINI E
LINEE GUIDA PER IL SONNO SICURO

Capgemini – Croce Rossa Italiana (2010)

www.manovredisostruzione pediatriche.com

- THE END -

