

Che altro puoi fare per la sicurezza del/la neonato/a:

- Nel primo anno di vita offrigli/le il ciuccio al momento del pisolino e del sonno notturno. Ai neonati allattati al seno offri il ciuccio dopo il primo mese di vita per facilitare il buon esito dell'allattamento.
- Accertati che nessuno fumi in casa o vicino al/la neonato/a.
- Evita l'uso di prodotti che affermano di mantenere il/la neonato/a in posizione "sicura" poiché la maggior parte di essi non è stata sottoposta a test sulla sicurezza. Alcuni possono addirittura aumentare il rischio di danni.
- Lascia che il/la neonato/a da sveglio/a "giochi a pancia in giù" sotto sorveglianza: ciò lo/la aiuta a sviluppare i muscoli e riduce le possibilità che la testa si appiattisca in alcuni punti.
- Condividi queste informazioni sulla campagna "Safe Sleeping" con tutti coloro che si prendono cura del/la neonato/a.



Per ulteriori informazioni su una maggiore sicurezza del sonno dei neonati, contatta:

Stato di New York
Ufficio per i servizi a minori e famiglie
(Office of Children & Family Services)
800-345-KIDS (5437)
ocfs.ny.gov

Stato di New York
Dipartimento per la salute (Department of Health)
health.ny.gov

Linea diretta Crescere in salute
(Growing Up Healthy Hotline)
800-522-5006

Numero verde Centro risorse informazioni
preventive (Preventive Information Resource Center
Information Line, PIRC) e Telefono amico per i
genitori (Parent Helpline)
800-CHILDREN (244-5373)

Stato di New York
Centro risorse morte improvvisa del lattante
(Sudden Infant and Child Death Resource Center)
800-336-7437



ocfs.ny.gov

"...promuovere la sicurezza, la stabilità e il benessere dei nostri bambini, delle nostre famiglie e delle nostre comunità" ...

Pub-5002 (Rev. 7/2015)

Per rendere più sicuro il sonno dei neonati



**Un/a neonato/a ha bisogno di te da sveglio
e quando è pronto per dormire.**



Per rendere più sicuro il sonno dei neonati

Poiché ti prendi cura di lui/lei, sai che è importante tenere al sicuro il/la tuo/a bambino/a. Il/La tuo/a bambino/a ha bisogno di te da sveglio/a e quando è pronto/a per dormire.

Ogni anno nello Stato di New York alcuni neonati muoiono mentre dormono in ambienti non sicuri. Tu puoi contribuire a ridurre questo rischio adottando pochi e semplici accorgimenti ogni volta che metti a dormire il/la tuo/a bambino/a.

Per prima cosa, metti il lettino nella tua stanza, accanto al tuo letto. Dormire vicino al/la tuo/a bambino/a rende più facile prendersi cura di lui/lei e facilita l'allattamento al seno.



Quando dormono, i neonati sono più al sicuro:

- ◆ Adagiati sulla schiena
- ◆ Da soli, in lettini che rispettano le norme di sicurezza. La distanza tra una stecca e l'altra non deve essere superiore a 6 cm (2 ⅓ pollici).
- ◆ Su un materasso rigido con lenzuola ben tirate
- ◆ Senza oggetti morbidi (come cuscini, coperte imbottite, paracolpi o giocattoli di peluche)
- ◆ Con pigiamini leggeri, in una stanza la cui temperatura sia confortevole per un adulto vestito con abiti leggeri

Quando dormono, i neonati non sono al sicuro:

- ◆ A pancia in giù o adagiati su un fianco
- ◆ Su cuscini, materassi ad acqua, materassi ad aria, poltrone a sacco o altre superfici morbide
- ◆ Su poltrone imbottite o reclinabili oppure sul divano (la testa di un neonato può rimanere intrappolata)
- ◆ Con coperte (invece delle coperte, usa pigiamini leggeri, ad esempio pigiami interi)
- ◆ Insieme a un altro neonato o un bambino
- ◆ Insieme a un adulto che:
 - è troppo stanco
 - sta assumendo farmaci che possono provocare sonnolenza
 - ha bevuto alcolici o ha fatto uso di droghe
 - è notevolmente in sovrappeso

Tutte queste situazioni possono risultare pericolose per un/a neonato/a che può soffocare oppure soffrire per il calore eccessivo o cadere e subire gravi lesioni.