

Un ringraziamento a Sergio Staino per i disegni

per informazioni rivolgersi a

Centro di Riferimento Regionale per la prevenzione e lo studio della SIDS e dell'ALTE

Pediatra di famiglia

Centro nascita

Consutorio



Con l'approvazione di  
Società Italiana di Pediatria  
Società Italiana di Neonatologia



Centro Regionale SIDS-ALTE  
UO di Pronto Soccorso Medicina d'Urgenza—Osservazione



ISTITUTO GIANNINA GASLINI  
Istituto Pediatrico di Ricovero e Cura a carattere Scientifico

Associazione Semi per la SIDS onlus  
posta@sidsitalia.it

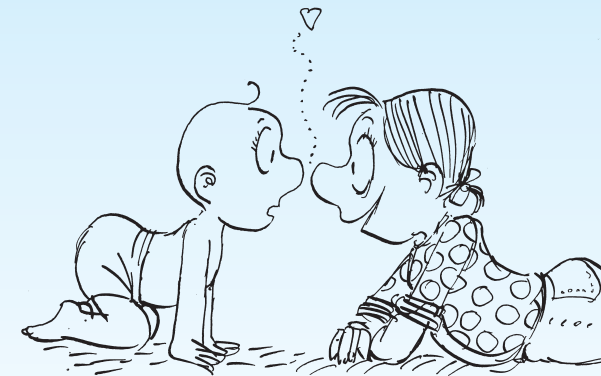


It's Better for them  
**Per loro è Meglio**



La SIDS - Sudden Infant Death Syndrome è 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 sono ben conosciuti alcuni comportamenti preventivi che sono stati qui descritti.

The Sudden Infant Death Syndrome (SIDS) is the sudden and unexpected death of an infant, also known as "cot death". Even though its causes are still unknown the preventive measures described below are well known.



*Sleeping Safely*  
**Nanna Sicura**



*nei primi mesi di vita*

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

*During the first months of life*

- The best sleeping position for your baby is on his/her back
- Never let your baby sleep face down or on his/her side
- Let your baby sleep on a firm mattress without a pillow in your room, but not in your bed with you

*Keep your baby Smoke-Free*  
**Non fatelo Fumare**



- Durante la gravidanza
- Quando è nato
- Non fumate e non tenete il bambino in ambienti dove si fuma

- During pregnancy
- Once born
- Do not smoke or keep your baby in smoke-filled rooms

*Cool is Best*  
**Fresco è Meglio**



- Non copritelo troppo
- Non avvolgetelo stretto nelle coperte
- Tenetelo lontano da fonti di calore: la temperatura ambientale ideale è di 18-20 C°
- Se ha la febbre può aver bisogno di essere coperto di meno, mai di più

- Do not cover your baby too much
- Do not wrap your baby tightly in blankets
- Keep your baby away from heat sources: the ideal room temperature is 18-20°C
- If your baby has a high temperature he/she needs to be covered less, not more!

*Using a Dummy while sleeping can also reduce the risk of SIDS*

**Anche l'impiego del Succhiotto durante il sonno può ridurre il rischio di SIDS**



*è tuttavia importante*

- Introdurlo dopo il primo mese di vita
- Non forzare il bambino se lo rifiuta
- Se lo perde non va reintrodotta
- Evitare di immergerlo in sostanze edulcoranti
- Sospenderne l'uso entro l'anno di vita

*However, it is important to remember*

- To give your baby a dummy only after the first month of life
- Not to force your baby if he/she does not want it
- Not to reuse it if it falls out
- To avoid coating it in sweeteners
- To stop using it before the age of one