

Dalla culla al letto



rednose.org.au

**red
nose**
saving little lives

Quando smettere di far dormire il bambino in culla?

In Australia un numero crescente di neonati e bambini in tenera età subisce lesioni a causa di cadute da culle e letti. Il motivo? Non riconoscere il momento adatto in cui smettere di far dormire un bambino in culla oppure trasferire troppo presto un neonato o un bambino in un letto per adulti.

Quando smettere di far dormire il bambino in culla?

Il luogo più sicuro in cui far dormire un neonato è una culla conforme allo standard australiano e realizzata secondo le linee guida di Red Nose in materia di ambienti sicuri in cui dormire.

Tenete la culla sgombra da giocattoli, cuscini, paracolpi, centri di attività e qualunque altro oggetto che possa accatastarsi e aiutare il bambino ad arrampicarsi e cadere fuori della culla.

Anche le coperte ponderate sono da evitare in culla o in spazi a cui i bambini possano accedere.

Per motivi di sicurezza, quando si nota che un bambino cerca di arrampicarsi per uscire dalla culla con la probabilità di riuscirci, è arrivato il momento di smettere di farlo dormire in culla.

Di solito questo si verifica quando il bambino ha un'età compresa tra due anni e tre anni e mezzo ma potrebbe anche accadere prima, quando il bambino compie 18 mesi.

! Ricordate

Non usate una culla portatile se il bambino pesa più di 15 kg (oppure consultate le istruzioni relative a quello specifico modello).

Dove far dormire un bambino dopo la culla

Materasso a terra

Una opzione è di prelevare il materasso dalla culla o da un letto singolo a piena altezza e sistemarlo a terra.

Sinceratevi che il materasso sia posizionato lontano da pareti poiché i bambini più piccoli possono restare intrappolati tra materasso e parete. Il materasso di un bambino deve essere rigido per evitare incidenti mortali durante il sonno.

Tenete la zona attorno al materasso sgombra da giocattoli di peluche, pouf, sacchetti di plastica o oggetti simili sui quali un bambino potrebbe rotolare. Oggetti morbidi potrebbero "modellarsi" attorno al viso del bambino provocandone il soffocamento.

Sinceratevi che il materasso sia posizionato lontano da zone di intenso passaggio in casa per prevenire incidenti causati dall'inciamparvi sopra da parte di adulti o da fratelli e sorelle.

Lettino per bambini

Un'altra opzione è quella di usare un lettino per bambini:

- Questo rappresenta un passaggio intermedio sicuro grazie all'altezza ridotta che riduce il rischio di lesioni dovute a cadute dal letto.
- È una soluzione efficace dal punto di vista dei costi poiché il materasso e la biancheria della culla possono essere trasferiti al lettino quando la culla non è più adatta al bambino.

Letto per adulti

Se avete deciso di usare un letto per adulti, ricordate che i bambini hanno un alto rischio di cadere dal letto o di rimanere intrappolati tra letto e parete.

- Controllate che non vi siano spazi tra il materasso e la testiera del letto di larghezza superiore a 95 mm. Varchi più grandi possono fare intrappolare il bambino.
- Riducete al minimo la distanza di caduta e usate coperture soffici per pavimenti o un materasso attorno al letto per ridurre al minimo il rischio di lesioni da caduta.
- Tenete la zona in cui il bambino potrebbe cadere sgombra da mobili, giocattoli e altri oggetti duri.

Ringhiere portatili per letti: se avete deciso di fissare ringhiere portatili a un letto per adulti per evitare la caduta del bambino, ricordate che il bambino può rimanere intrappolato se le ringhiere non sono montate correttamente. Prima di mettere il bambino a letto, controllate che le ringhiere portatili siano montate a stretto contatto con il lato del materasso e che non vi siano varchi tra il materasso e la ringhiera. In questo modo eviterete che il corpo o la testa del bambino si infili nel varco e rimanga intrappolato.

Cuscini, biancheria da letto e giocattoli di peluche non devono essere posizionati accanto alla ringhiera del letto. Si sono verificati casi di soffocamento in ambienti in cui sono accumulati giocattoli di peluche. Un bambino può soffocare se il suo viso rimane premuto contro dei giocattoli di peluche.

Aspettate finché il bambino compie due anni e non dorme più in una culla fissa o portatile prima di farlo dormire su un cuscino.

Rendete la casa sicura prima del cambiamento

Un bambino che non dorme più in culla ha maggiore accesso a tutte le zone a giorno della casa. Prima che il bambino passi a dormire in un letto, controllate la sua camera e le altre stanze per possibili rischi.

Sinceratevi che l'ambiente sia sicuro:

- Fate particolare attenzione a rischi potenziali che potrebbero causare cadute, annegamento, strangolamento, intrappolamento o intossicazione.
- Tenete fili, corde e caricatori di telefonini penzolanti fuori dalla portata del bambino in quanto potrebbero attorcigliarsi attorno al collo.
- Tenete stufette, elettrodomestici e accesso alle prese della corrente a debita distanza per evitare il rischio di surriscaldamento, ustioni e folgorazione.
- Controllate che tutti i mobili e televisori siano fissati con appositi supporti a parete in modo che non possano ribaltarsi facilmente.
- Sinceratevi che scale e finestre non siano accessibili.



Ricordate...

Fate dormire i bambini in sicurezza:

- ✓ Letti sicuri
- ✓ Materassi sicuri
- ✓ Biancheria da letto sicura
- ✓ Ambiente sicuro per il sonno diurno e notturno

! Attenzione

- Pouf, divani, grandi cuscini e materassi gonfiabili non sono articoli sicuri per il sonno di neonati e bambini in tenera età.
- I letti a castello sono sconsigliati per bambini di età inferiore ai nove anni.
- Se un bambino indossa un sacco-nanna mentre dorme fuori dalla culla, fate attenzione! Un bambino che indossa un sacco-nanna e non è confinato in una culla, è a maggior rischio di cadere e farsi male. Il bambino deve essere sorvegliato attivamente e il sacco-nanna va tolto non appena il bambino si sveglia.
- Tenete le coperte ponderate lontano dai bambini in quanto potrebbero causare gravi lesioni o persino la morte.



Questo opuscolo è stato realizzato in memoria di Ava.

Red Nose rende omaggio ai Proprietari Tradizionali delle terre in cui lavoriamo e viviamo e che visitiamo.

Centro consigli di Red Nose per il sonno sicuro
1300 998 698
(durante l'orario d'ufficio – ora solare/legale della
costa orientale dell'Australia)
education@rednose.org.au
rednose.org.au/safesleep

© 2020, 2022 Red Nose Limited. Tutti i diritti riservati.
Per richieste di informazioni in materia di copyright contattate:
education@rednose.org.au



rednose.org.au

**red
nose**
saving little lives